街と暮らしのトキメキをデザインする地域情報紙

# City Life

We are Planet Sailors. since 1986

シティライフ北摂WEST版

2019 AUGUST vol.198 8

北摂WEST
吹田・豊中
箕面・池田

発行　株式会社シティライフNEW　www.citylife-new.com　E-mail info@citylife-new.com　■〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23　TEL06-6338-0640　FAX06-6368-3505

7月25日発行　無料
シティライフは再生紙を使用し、植物性インキで印刷しています。

## 食欲をかきたてる HOT&COOL な夏グルメ

P.32～33に掲載

北摂グルメ
―街歩き―
8月6日(火)発売
P.34参照

※表紙はイメージです

イベント① 6～7　Kids&Mam Festa
特　集　① 9　JA大阪北部 農産物直売所のおいしい理由
イベント② 10　プロから学ぶ「生活向上セミナー」
ビューティ 12～13　魅せパーツにCHANGE 自信をもたらす美のサロン
特　集　② 16～17　不妊治療の基礎知識 卵子の質を保つために心がけたい暮しかた
イベント③ 24～27　ロハスフェスタ南港
ニュース 35～39　City Life NEWS「高齢者運転免許自主返納サポート制度」

巻頭特集　2～5
Kids English 子どもの将来を見据えた英語教育
「暮らし」も「学び」も親子で楽しむ Kids&Mom
19～22 EXPOCITY press vol.37

表紙／撮影協力:Kathmandu curry PUJA 吹田店、friandise　撮影:阪下ケンジ　ディレクション:吉見梨恵

楽しく学んで、しっかり身につく
Kids English
キッズイングリッシュ

# 学ぶから使うへ 子どもの将来を見据えた英語教育

「グローバル化に対応した英語教育改革」の実施により、2020年の大学入試改革をはじめ、小中高の教育内容も大きく見直されます。それに伴い、小学校の英語教育も変わろうとしています。今回は小学校の英語教育がどのように変わり、そして、今後どのように学習をすることが望ましいのか、雲雀丘学園小学校で実際に英語を教えている森下真伊先生に伺いました。

## 小学校から英語が本格化する

大学入試改革が行われ、英語に関してはこれまでの知識ではなく、「聞く、読む、話す、書く」というコミュニケーションに必要な4技能が問われるようになります。小学校での英語学習も2020年から変化します。具体的な施策としては、これまで英語に親しむために小学5年生から始まっていた「外国語活動」は、小学3年生からスタート。そして、小学5年生からは、英語は国語や算数と同じように1つの教科として位置づけられ、英語でできることを評価されるように。単語も600～700語ほどに触れることが定められていますので、他教科と同じようにテストを実施する学校もあるでしょう。

## 英語は性格に合わせた学習が大切

英語は少しでも早く始めることがおすすめです。それは、高学年になるにつれ、羞恥心が出てくるため。声に出すことが恥ずかしくなってしまうと、慣れるまでに時間がかかります。また、年齢が上がると、繰り返すなどの単調な学習を楽しめなくなります。

しかし、ただ早く始めれば良いわけではありません。英語学習を始める時に最も気をつけてほしいのが、子どもに合った学習法を選ぶということ。たくさんの生徒を教えていると、耳から覚えることが得意な子や、目で見て覚える方が得意な子など、得意不得意が分かってきます。苦手な方法で勉強を続けてしまうと、英語が嫌いになってしまうことも…。今は従来の英会話や自宅での学習をはじめ、サッカーやダンスを英語で習うというスクールなど、学び方もたくさんあります。体験レッスンなどを利用して、性格に合わせた学習方法を選びましょう。

この方に聞きました

**森下 真伊** 先生
morishita mai

雲雀丘学園小学校の英語科主任。「どんな子も身につく英語」をめざして、一人ひとりの個性を見極めた指導を行っている。

**小学3・4年生から始まる『外国語活動』**

英語に親しむための体験型学習。教科ではないので成績（数値による評価）はつくことはありませんが、歌ったり、ゲームをしたり、簡単な会話のやりとりをしながら「話すこと」「聞くこと」を軸に英語に触れていきます。

**小学5・6年生から教科となる『外国語（英語）』**

教科となり、週2回授業に組み込まれる予定。文法を学ぶ訳ではありませんが、これまでに音声で慣れ親しんできた英語を使って「読むこと」「書くこと」にも踏み込んで学習をします。学習内容には3人称や助動詞・過去形なども入り、現在の中学校レベルの文章を読み書きします。

## 英語教室を4つにタイプ分け。

**それぞれのタイプの特性を各スクールの先生に伺いました**

### 会話型 英語耳が育つ

大学受験に「話す」能力を測る項目も加わり、ますます注目度が高くなっています。ただ英語に触れるだけではなく、例えば当校ではフォニックスで英語の発音のルールを学んだり、アクティブ・メソッドで身体を動かしながら発音するなど、楽しみながら会話力を習得しています。会話に+αすることで学習効果が大幅にアップします。

／こんな子どもにオススメ／

- □ 人前で話すのが得意になりたい
- □ コミュニケーション力を高めたい
- □ みんなと一緒に協働する力を付けたい

イングリッシュワールド
Nina（ニーナ）先生

### 自学型 自分のペースで進める

一人ひとりが自分のペースで進められますので、授業でおいていかれることもありません。逆に理解できればどんどん進んでいくこともできます。生徒に任せっきりではなく、単元毎など区切りをつけて講師からのチェックが入りますのでフォロー体制もできているところが多いです。

／こんな子どもにオススメ／

- □ 人見知りで集団での学び方が苦手
- □ 他の子のペースに合わせていけるか不安
- □ 自分のペースで英語に触れさせてあげたい

Lepton 上野東教室
中村先生

### 体験型 アクティビティを楽しみながら学ぶ

英語が「楽しい!」と思ってもらうことを1番大切にしていて、脳科学的にも認められている手法です。eCrazeではクッキング・ミュージック・ゲームなどのコンテンツを英語で楽しみながら取り組むレッスンを用意しています。“習う”という感覚ではなく、夢中で楽しむうちに英語が自然と身についていく。それが体験型の英語教育です。

／こんな子どもにオススメ／

- □ 好奇心旺盛で座って勉強するだけでは飽きてしまう
- □ 英語に対する苦手意識があり、スクールに行きたがらない
- □ 楽しいことが大好き!みんなで何かをすることが好き
- □ 好きなことには集中力を発揮する

eCraze（イークレイズ）
髙石環（たかいしめぐる）さん

### 塾型 点数アップや英検合格など「結果」がモチベーションに

中学で習う英単語、文法などの先取りをメインにした内容を学び、主にテストや資格での点数アップを目指します。小5・6年生は英語も成績がつくようになり、今需要が高まっている形式です。中学受験にも有利な英検®や、TOEIC®に向けて対策講座や直前講座を設けるスクールも。当校では、小学6年生までに英検®2級の取得を目指しています。

／こんな子どもにオススメ／

- □ 英語4技能を確実に身につけたい
- □ 中学・高校の勉強を先取りしたい
- □ 自分のペースで英語力を付けたい

イングリッシュワールド
Mike（マイク）先生

体験型

## 夢中になるほどおもしろい、“英語が好き”が続く コミュニケーション能力を重視した体験型スクール

2019年7月に千里中央に開校した“eCraze（イークレイズ）”。
スクールのコンセプト、これから求められていく必要な英語力とは…。
英語教育に精通する部門長の近藤さんにお話をお聞きしました!

この方に聞きました

eCraze（イークレイズ）
部門長 近藤俊史さん

「英語を嫌いになって欲しくないんです。小さい頃は楽しく教室に通っていても、小学校に入って点数のための英語が始まると、楽しくなくなって辞めてしまう。そんなお子さんが増えています。ずっと“楽しい”という気持ちを持ち続けてもらうために、英語を使ってコミュニケーションが取れる力を身につけて欲しくて、イークレイズを立ち上げげました」と近藤さん。クッキング、ペイント、ミュージック、ゲーム、動画制作、eスポーツ……、と楽しいコンテンツが並び、体験しながら英語が自然に身についていくのが同スクールの魅力。外国人講師が英語で授業を進め、“全て英語”にこだわらずコミュニケーションのために必要であれば、日本語も織り交ぜながらレッスンは進んでいく。外国人と対等に英語が話せて、かつ英語教育にも精通している日本人トレーナーがいることも希少なことだという。「ネイティブ英語よりも、必要なのは英語で“伝える力”だと考えます。詰込みではなく、英語でコミュニケーションが取れる力がこれからは必要」との言葉通り、レッスンは“夢中”になる仕掛けが満載。生徒自ら発言する場を設けて、自然と発信力がつくような内容に。単なる“習い事”ではなく、子どもたちが夢中になって「行きたい!」場所を目指す、魅力溢れるスクールだ。

「みんなで楽しむ」がモットー。先生もスタッフもみんな仲が良く、それが楽しさにつながっている。

歌いながら、英単語や抑揚・発音を身につけていく。

（右）クッキングを通して日常生活で使う英単語やフレーズを学ぶ。
（左）パソコンを使って絵を描いたり、ムービーを作ったり。パソコンゲームをグループで協力して取り組みながら英語を吸収するコンテンツも。

8月6日（火） Kids & Mam Festa セミナー&ブース出展（詳細はP.6・7へ）

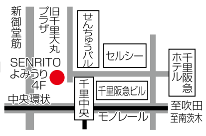
**Check**

### 9月入学体験イベント

期間:8月27日（火）～31日（土）
無料

夢中になるeCrazeの講座が体験できる!
お申し込みはホームページより（先着順）

英語が好きになる教室・こども英会話
**eCraze**〈イークレイズ〉
豊中市新千里東町1-1-3
SENRITOよみうり4F
「アクティブラーニングスタジオ」内
☎06-6170-1455
https://ecraze.jp/




会話型・塾型・体験型

## 「世界で生きる力」を育む 実績38年のイングリッシュワールド

保護者満足度97%、確かな実績を誇るイングリッシュワールド。英会話コースでは「会話型」「塾型」、新設される英語学童ではさらに「体験型」も学べ、総合的に英語力が身につく最高環境が整っていた。

無料送迎バスがあって便利!

### 楽しみながら4技能を伸ばしてくれる

「家でも英語で歌ったり、性格も積極的になりました!」と保護者から喜びの声が聞こえる同スクール。外国人講師と楽しいアクティビティや歌を通して、自然に英語が身につくと評判だ。1歳半～年齢やレベルに応じたクラスがあり、担任制なので安心して通える。早期にネイティブの英語に触れることできれいな発音が身に付き、英語耳が作られて自立心が育っていく。3歳以上は“聞く・話す・読む・書く”の4技能を総合的に伸ばすコースを用意。帰国子女クラスや合格実績多数の英検®対策をしてくれるコースも人気だ。月謝制で便利な振替レッスンもあり、無理なく続けられる。

**特 典** 「シティライフを見た」で（8月末まで）
1. 入会金→**100%OFF** ※即日入会以外は**50%OFF**
2. **教材費50%OFF**
3. **スクールバッグ**（小学6年生まで）**プレゼント**
4. **入会セットプレゼント**
5. **体験レッスン初回無料**

※サマースクール・英語学童は対象外
※サタデーインターナショナルコースは1、4のみ
※各特典利用は、レッスンを3ヵ月以上継続される方に限る

### 英語学童 2020年度生9月募集開始

小学1年～小学6年生を対象とした学童（千里中央校）をスタート!英検®、フォニックス、英語そろばん、英語ロボットプログラミング、習字、読書などを通して、“やる気、意欲、粘り強さ、探求心”などの非認知能力が育まれる。体験しながら英語を身に付けていき将来役立つ能力をバランスよく伸ばしてくれる。英語のレベル別でクラスが分かれているので、初めてのお子さんも安心だ。バスが小学校まで迎えに行き、帰りは自宅までと忙しいママも嬉しい!9月より説明会を実施なので、詳しくはお問合せを。

英語でロボットプログラミング

英語でそろばん

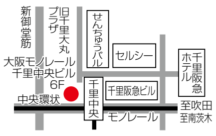
**Check**

だから選ばれる!安心の最高環境

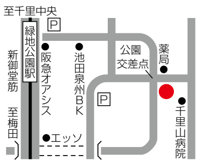
・安心の学びサポート
・スクールバス
・休養室完備
・オートロックドア
・保護者との連携
・プロのスタッフ

**イングリッシュワールド**
［姉妹校］高槻校、茨木校、塚口校、天王寺校
http://english-w.jp
英検、英検Jr. 受験準会場認定校

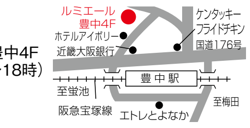
●千里中央校
豊中市新千里東町1-1-5　大阪モノレール千里中央ビル6F
受／10時～21時
（月曜:13時～21時、
土曜10時～18時）　日・祝定休
［英会話スクール専用］
☎06-6833-0507
［学童・サタデースクール専用］
☎06-6832-0071




●緑地公園校
豊中市東寺内町5-38
緑地東タハシハイツ
受／11時～19時（土曜:10時～18時）
月・日・祝定休
☎06-6338-5554




●豊中校
豊中市本町3-1-57 ルミエール豊中4F
受／11時～19時（土曜:10時～18時）
月・日・祝定休
☎06-6858-5571




自学型・塾型

## 個別&自立学習なので自分のペースで 4技能が身に付く子ども英語教室

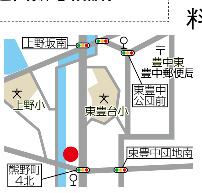
「できた!」の喜びが体験でき、子どもの好奇心を引き出す

**説明会&無料体験開催**
8/3（土）、6（火）、10（土）、20（火）、24（土）、27（火）、31（土）　※参加申込は電話にて希望時間を伝えてください。1時間程度。他曜日も応相談。

**授業料** ● 週2回（1回60分）で12,000円（税別）
通常授業とのセットで受講価格が10,000円（税別）とお得。曜日は自由に選べる。週回数応相談。

いつからどんなレベルからでも始められる「レプトン上野東教室」。英語は習熟度にバラつきが出やすいが、レプトンなら個別&自立学習なのでつまづいた箇所も自分のペースで楽しく意欲的に学習でき、好きなだけ頑張れる。英会話や英文法学習だけでは世界標準の英語力は身に付かないようだが、同校ではこれから主流になるコミュニケーション英語を身に付けるべく「聞く」「話す」「読む」「書く」の4技能をすべてマスターしてTOEIC®・TOEFL®に対応できる英語力を身に付けていく。独自開発したテキストはレベル別に81冊あり、いつでもどのレベルからでも安心して始められる。まずは無料レッスンに参加してみて。

青藍塾
**Lepton 上野東教室**
豊中市東豊中町6-1-2
豊中大成ビル2F
営／10時～22時（日曜休※TEL可）
☎06-6842-2236
レプトン上野東 で検索




**特　典**
入会特別キャンペーン（8/1～8/31、先着5名）
● 授業料1ヶ月分無料
● さらに8月31日までに入会の方には入会費無料

From CityLife

### CityLife ファミリーモデル募集中

シティライフ紙面にご登場いただけるファミリーを募集しています。

［ 応募方法 ］下記URLかQRコードよりエントリーください。
https://goo.gl/WE7u31
※ご依頼の際は編集部より改めて連絡いたします。

会話型・体験型

## ネイティブ並の英語力が求められる新大学入試 幼少期からの英語環境が決め手になる時代

大学入試改革では「聞く・読む・話す・書く」の4技能が重視され、今後「ケンブリッジ英語検定」など民間資格・検定試験へ完全移行されるという。特に「話す」能力は受験前1、2年で身につけるのは難しく、同校のような英語環境を幼少期から与えることが望ましい。また同校はケンブリッジ国際児童英検認定校でもあり子どもの英語能力を大きく伸ばしてくれる。現在、楽しく英語体験できるサマースクール生募集中。

**グローバルヴィレッジ**
インターナショナルプリスクール
http://www.global-edu.jp 園の様子はブログで!
千里山田校 吹田市津雲台7-4 ☎06-6831-8996
千 里 丘 校 吹田市長野東3-15 ☎06-6878-6874
高槻茨木校 高槻市宮田町3-4-10 ☎072-694-6000

| | |
|---|---|
| 開催校 | 千里山田校/高槻茨木校 |
| 期　間 | 8月12日（月）～8月17日（土）の6日間 |
| 時　間 | 9時～15時（8時～18時の間で延長可能 ※最終日除く） |
| 費　用 | 受講料39,000円　教材費4,000円　（税込） |
| 対象年齢 | 満3歳から小学6年生 |

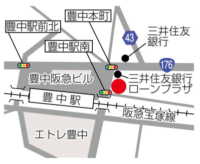
会話型・塾型

## 英語力を強みに、子ども達の未来をつくる 放課後インターナショナルスクール

音読、多読を重視した4技能をバランスよく伸ばすカリキュラムは、英検の取得にも効果的で、小学生で英検2級を取得する子どもも多い。

子どもの英語力や年齢によって効果的な学習方法は異なる。同校では初心者から帰国子女まで、子どもに合わせたコース、学習方法を提案。また、近年増えつつある英算国の中学受験を見据えて、小学4年生以下の子ども達へ算国の個別指導も行っている。英語を強みにする学習に興味がある方は、ぜひ体験してみて。

**EFFECT 豊中校**
豊中市本町1-2-53　高山第3ビル7階
受／月～金　13時～19時
☎0800-777-3111
https://effect.ne.jp/lp
https://effect.ne.jp/lp_academia




**MENU** （一例:小学2年生の場合）
● Academia【初心者コース】
英語のみ…8,500円 英算国…16,000円
● DIPLOMAX【上級者コース】
英語のみ…12,500円 英算国…20,000円
※別途、施設維持費1,800円、税別

**特　典**
「シティライフを見た」で、● 入会金20,000円無料
さらに、8月限定で2週間の授業料無料

各コースの詳細はコチラ

「暮らし」も「学び」も親子で楽しむ

# Kids & Mom

子どもの持つ能力を引き出すスクールから
すこやかな成長をサポートする施設まで
子育てに役立つ情報をお届けします。

プリザーブドフラワー ハーバリウム教室

## 夏休みの自由研究に、完全オリジナルで“海の仲間たち”のハーバリウムを

涼し気で癒されるハーバリウムたち(写真は作品作成例)。

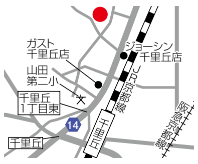
プリザーブドフラワー、ハーバリウム、アロマハイストーン……。見ているだけで癒される可愛い作品たちを自分で作ることができる同教室。今回、夏休み特別企画として自由研究にぴったりのハーバリウム教室を開催!先生は優しく気さくな人柄で、丁寧に教えてくれるのでご安心を。悩める自由研究はぜひここで!

**夏休みの自由研究に!**
**“ハーバリウムで海の仲間たち”を作ろう**
開催日時:7月31日(水)・8月1日(木)・5日(月)
10時～12時／13時～15時
費用:1,000円～1,500円
対象年齢:小学生(子どもだけの参加)
※要事前予約、詳しくはお問合せを。

プリザーブドフラワーのレッスンも。子育ての息抜きに好きなアレンジメントを作ってみては。

大阪で初のココフィオーレ認定校。

**Story〈ストーリー〉**
吹田市新芦屋上2丁目
(詳しくはお問合せください)
Pあり
090-5048-5524
http://ameblo.jp/story0111/




**特　典**
「シティライフを見た」で
● プリザーブドアレンジ……500円引き
(要予約・8月末まで)

家庭学習

## 月額3,000円～、1歳から始められる学習意欲がぐんぐん伸びる家庭学習

(上)イベントの様子。家庭教師歴28年のゆきりん先生が考案したメソッドは親子の絆を深めながら、子どもの情操が安定させ、目に見える成長が。

全く宿題をしない、集中力がない…とお困りの親御さん注目!ぱんだちゃんのおうち学校はSNSや動画を見ながら親子で楽しく勉強する新しい家庭学習プログラム。コースは1ヵ月から始められ「英検対策コース」「作文講座」など、年齢や目的に合わせて選べるから塾や習い事と併用する人が多い。お子さんだけでなく、お母さんの指導法もしっかりサポート!「自分の子どもだとつい怒ってしまう」「勉強を教えられるか不安」という人も安心だ。まずは8月のイベント体験へ!

**MENU**
● 通常クラス……………………3,000円/月
● 英検突破プレミアムクラス…………50,000円/6ヵ月
※全て税別

**特　典**
「シティライフを見た」と右記体験会申込で
● 参加費3,500円→500円
● ぱんだ式専用テキストプレゼント
● 当日発表スペシャルプレゼントあり

**ぱんだちゃんのおうち学校**
豊中市桜の町4-2-12
06-6842-9910
https://pandanoniwa.co.jp

**おうち学習の習慣は3歳から!ぱんだ式学習体験会**
・内容 ①3歳からの台所から始める学校算数
②読解力が身につく絵本の読み方
・日程: 8月22日(木)13時半～ 内容①
8月23日(金)10時半～ 内容①、13時半～ 内容②
8月24日(土)10時半～ 内容②
・時間:各回90分程度　・定員:各回10組
・場所:江坂ココフラップ
・対象:3歳から小学校1年生までの親子
・参加費:お子様一人につき3,500円
※お申込み、詳細はHPか電話で問い合わせを

子育て情報 発信拠点

## 夏休みの宿題は"Gakken"で解決 楽しく勉強ができる、夏休み特別イベント開催

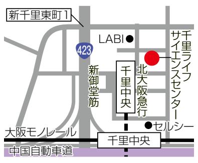
手を動かし、頭を回転させて“ナゾ”を解く!楽しい「夏のロボット研究」

0・1・2歳から幼児・小学生・中学生まで、子どもたちの様々な学びをサポートしている「Gakkenスクエア」。読む力・考える力を育む「学研教室」、中学生向けの次世代型個別学習塾「G-PAPILS」、0歳～の親子活動「Petit Pas(プティパ)」など年代に合わせた最適な学習があり、子育てママ達が知りたい情報が自然と集まる教育の場。この夏は「読書感想文書き方講座」や下記の講座など、楽しみながら学習ができるイベントが開催される。夏休みの自由研究におすすめの講座もあるので、ぜひ参加してみよう。詳しい内容はお問合せを!

(左)中学生向けの次世代型個別学習塾「G-PAPILS」

(右)0歳～の親子活動「0・1・2歳 Petit Pas(プティパ)」

**Gakkenスクエア** 千里中央駅前校
豊中市新千里東町1-4-2
千里ライフサイエンスセンタービル9F
受付／平日14時～21時
土日祝定休
06-6170-4761
http://www.889100.com/




**夏休みは、楽しいイベントがいっぱい!**
①「夏の自由研究 科学講座」
幼児～小学生 1,080円
8/22(木)　11時～12時
②「夏のロボット研究」小学生 3,240円
8/22(木)　13時半～14時半
③「1day工作」 小学生 1,080円
8/22(木)　15時半～16時半
④「学研教室」学習体験会 参加無料
8月末まで随時
⑤「G-PAPILS」2週間体験会 参加無料
8月末まで随時
※詳細・予約は左記へ。
①②③は申込締切8/7(水) 定員になり次第終了

学習机専門店

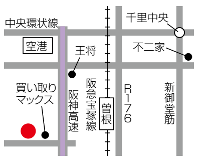
## 増税前、お得に賢く購入できるチャンス '20年新型デスク先行セール開催

1年で最も安く学習机が手に入るシーズン到来!賢くお得に学習机を購入するなら、増税前の今がお得だ。初めて自分の机を買ってもらった嬉しさは、大人になっても覚えている方が多いのでは。学習机は、子どもにとって初めてのプライベートスペース。本を読んだり、絵を描いたり、整理整頓したり…と勉強以外の生活習慣を身につける役目もある。コイズミ、イトーキなど、関西最大級の品揃えの同店では、2020年の新型をぞくぞく入荷中!先行セールを実施しているので、夏休みの増税前がお得に買えるタイミング!2019年度旧型処分セールも合わせて行っているので、比較しながらお気に入りを見つけよう。

**デスクランドのお得ポイント**
・デスク購入でコイズミ製回転イスプレゼント
※一部対象外あり
・無料学習イスが不要の場合、
7,000円または5,000円引き
・デスクマット無料
・設置送料無料
専門スタッフが組み立てまで責任を持って対応!

キッズスペースもあるので、お子さん連れもゆっくり選べて嬉しい。

**デスクランド**
豊中市原田中1-9-1
営／10時～19時
金曜定休　Pあり
0120-49-1780
カーナビには下記の番号を入力
06-6852-1780

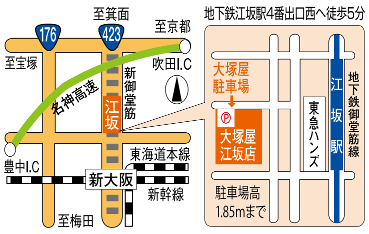



世界にひとつを作ろう♪
服地・インテリア布地・手芸品の 大塚屋 江坂店
開催期間 7/27(土)▶8/4(日)
夏休みキッズワークショップ
●場　所/5Fクラフト売場特設会場
●とき/午前の部:10時30分～12時30分
午後の部:13時30分～15時30分
各日各時5名様まで
●受　付/5Fクラフト売場レジにて事前予約受付
●講習料は全て材料費込・ご参加は15才までとさせて頂きます。

7/27(土) レターラック 講習料:税込500円(材料費込)
7/28(日) くるみボタンで作るブローチ 講習料:税込280円(材料費込)
7/29(月) LED&UVレジン液で作るゆめかわユニコーンブレスレット 講習料:税込648円(材料費込)
7/30(火) LED&UVレジン液で作るアリスのゆめかわ時計チャーム 講習料:税込700円(材料費込)
8/1(木) ぬりえワッペン 講習料:税込230円(材料費込)
8/2(金) 絹糸で作るカラフルストラップ 講習料:税込500円(材料費込)
8/3(土) ステンシルでオリジナルかばん 講習料:税込280円(材料費込)
8/4(日) トワコロンの時計を作ろう 講習料:税込1,000円(材料費込)
※作品画像はイメージです。色柄が異なる場合がございます。

5F 洋裁付属品・持ち手・ミシン加工・クラフト
4F カーテン地・バッグ地・インテリア布地 カーテンオーダー
3F パッチワーク布地・和調布地 演劇衣裳布地・特選婦人服地
2F 婦人服地・裏地・芯地・ミシン・型紙・本
1F 綿(無地・先染・プリント)・麻布地 キャラクター布地

江坂店公式 Facebook
大塚屋メール会員 お得な情報お届けします
詳しくはホームページまで
http://otsukaya.co.jp/




地下鉄江坂駅4番出口 西へ徒歩5分
■なるべく公共交通機関をご利用くださいませ。

服地・家の布・生活ホビー
otsukaya
大塚屋 江坂店
☎06(6369)1236　〒564-0051 吹田市豊津町13-38
営業時間/あさ10時～よる6時30分　休業日/7月31日(水)・8月7日(水)・21日(水)・28日(水)
大阪　岐阜　名古屋

子ども向け運動教室

## 「運動苦手…」だった子も笑顔になる 2歳からの運動教室 定員わずかのクラスも

年中以上は80分レッスンで体力UP!

箕面・池田・豊中・茨木で全7教室を展開する『忍者ナイン』。体操教室とは異なり、東京大学大学院教授監修で、各スポーツに必要な「走・跳・投・打・蹴」など9つの運動動作の基礎を身につける。更に指示行動の習得、運動の楽しさ、異学年ゲームによる協調性が育まれる。全ラボで無料体験随時受付中!

子どものための運動教室　**忍者ナイン**

箕面ラボ　箕面市西小路3-1-15 アクセス箕面2F
千里中央ラボ　豊中市新千里東町3-6-114 新千里東町会館
豊中ラボ　豊中市北桜塚3-1-28 北桜塚会館
池田駅前ラボ　池田市菅原町3-1 studio mana
箕面桜井ラボ　箕面市瀬川3-2-5 西南生涯学習センター
特定非営利活動法人フロー ☎072-734-7692（箕面ラボ代表

MENU
- 入会金……0円
- 忍ジャージ……6,868円〜8,242円

特　典　「シティライフを見た」と体験レッスン後1週間以内に入会で忍ジャージが**無料!**
（8月31日まで　適用は当NPO法人フロー運営ラボのみ）

こども写真館

## 8/1（木）〜9/30（月）まで撮影料金半額 七五三記念写真はお得な前撮りで

思い出に残る七五三の写真。アミュでは8月から「七五三前撮りキャンペーン」を開催する。撮影料金が半額になるほか、レンタル料金も特別プランを用意。兄弟姉妹それぞれが七五三でも今ならゆったりと撮影できる。新作のきものやドレスでも追加料金なしで利用可能だ。

◆七五三記念 前撮りキャンペーン
期間:8/1〜9/30
撮影料金（写真代別）
通常3,240円→1,680円
◆レンタル料金プラン
七歳さん（四つ身）
通常19,800円→11,400円
三歳さん（被布）
通常16,800円→9,900円
男児羽織・袴
通常14,700円→8,900円

こども写真館　**フォトスタジオ・アミュ**
吹田市山田西1-1-11
営／平日10時〜18時
　土日祝9時〜18時
火曜定休　P有り
☎0120-753-039
http://www.studioamu.com

1歳〜の プレスクール

## 入園前に母子分離をはじめよう 充実したエデュタイムが人気のプレスクール

（上）イスに座ってエデュタイム。先生のお話に集中。
（左）生物の観察"カタツムリのサーカス"。
（右）手づくりのお魚お口にどーぞ!

プレ（2〜3歳）は15名、リトルプレ（1〜2歳）は10名の子ども達と先生で毎日楽しく活動しているスマイルキッズは、知育・リトミック・体育・絵画・英語のエデュタイム（学習時間）が人気。朝の保護者との別れ方や自由あそびの様子を見ている先生が個人の機嫌や体調に配慮しながらエデュタイムを実施するため、子どもの習得がはやいと評判。乳児から高校生までの教室を運営しているため、進路相談はもちろん指導内容も連携し「先につながる力」が身につく。経験豊かな先生たちが、子育ての不安や相談に乗ってくれるのも安心ポイント。"今を生きる子を育てるスマイルキッズ"が気になる方は今すぐ問い合わせを。

**2020年度生　第1回募集説明会**
- 日程：9/7（土）、10/19（土）
- 対象：満1歳〜就園前のお子様

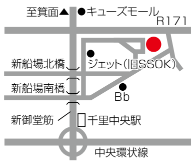
※説明会へご参加ご希望の方は、お電話又はメールにてお申し込みください。

特 典
説明会参加で、入会金**5,000円割引!**

先生はエデュタイム以外の知識（食育・心理・発達など）も学び、ママたちに必要な情報を共有できる体制をとっています。プレスクール卒室後に必要な受験などの情報も満載なのはスマイルキッズだから!

浦部 順子さん
日本ベビーコーチング協会代表/スマイルキッズ主宰

**スマイルキッズ リトルプレ・プレスクール**
箕面市船場東1-15-8-201
☎06-6875-2366
FAX : 06-6875-1617
Mail : school@ukkhawaii.net
UKK スマイルキッズ　で検索




**ここが安心ポイント!**
1. 週1日〜5日までお好きな曜日を選択可
2. 全日給食（アレルギー対応可）
3. 8時〜19時の延長システム有り
4. 欠席振替システム有り

吹田 高槻 千里 茨木 発着

ファミリー専用日帰りバスツアー
淡路島でぶどう狩り!
アロマも楽しめる癒しのツアー

土・日・祝発!
8/24（土）〜9/16（月・祝）
※発着コースにより催行日は異なる

見どころ

①「巨峰」の食べ放題40分
温暖な気候で育った淡路島フルーツ農園のぶどうを、思う存分食べ放題で満喫!もぎたてのぶどうは特別な甘さです。

②淡路食材の地産地消バイキング
三ツ星レストランで修行を積んだシェフ監修のメニュー!地元食材を使った約50種類をビュッフェ形式でご提供。ハーブティーも充実しています!

③パルシェ香りの館で色んな体験を
アロマを使った体験も可能（※有料）で、施設内には地元野菜がお得に購入できる特設市場や瀬戸内海の景色も見える滑り台などで遊ぶことができます!

④帰りは蛸せんべいの里でお買い物
作りたてのせんべいを試食しながらお買い物!お茶やコーヒーも無料。時間によってはせんべいを作っている場面が見れるかも!?

料金（税込）
大　人……8,980円
小学生……7,980円
幼児（3歳〜小学生未満）..6,980円
乳幼児（3歳未満）……2,680円

実際にあそびばすに参加したお客様の声
- このように都会では味わえない体験を子どもにさせてもらえるという企画は非常に嬉しいです!子どもが飽きずに楽しめるように考えられていると感じました。（0〜2才児、7〜10才児のママさん）
- 親の立場に立った視点からのツアーで、とても良かったです!「次はどこ行く?いつ行く?」と子どもも楽しみにしています。（3〜6才児のママさん）
- 値段が高いかな?と思っていましたが、実際に至れり尽くせりの日程を過ごしてみてとても満足しました。体験型のイベントを子どもにさせるという観点で非常に良かったです。（3〜6才児ののママさん）

丹波篠山の落花生掘り体験や滋賀の稲刈り・収穫体験ツアーも!
〈主催〉株式会社リグロース（大阪府知事登録旅行業第2-2964号）
予約、送迎場所等の詳細、その他のツアーはWEBで!

ピアノ・エレクトーン生徒募集中

ヤマハ音楽教室 Yamaha Music School

桃山台センター（駐車場無料）
北大阪急行「桃山台駅」
徒歩5分
受/9時〜18時
TEL.06-6155-0730
共用無料駐車場34台あり

緑地公園センター（駅前）
北大阪急行「緑地公園駅」
下車すぐ
受/10時〜19時
TEL.06-6867-6464

吹田山手センター
阪急北千里線「豊津駅」
徒歩5分
受/10時〜19時
TEL.06-6337-1291

千里丘駅前センター（駅前）
JR「千里丘駅」徒歩1分
受/10時〜19時
TEL.072-645-5339

秋の入会キャンペーン実施中!

入会の方にプレゼント
入会の方に「レッスンバッグ」、ぷっぷる&ケロポンズの「ボーダーバッグ」プレゼント!

無料体験レッスン受付中!
ご参加の方にもれなく、ケロポンズのかみしばいシールプレゼント!

©KAERUCHAN OFFICE

コース一覧
- ドレミらんど……2歳児
- おんがくなかよしコース……年少
- 幼児科……年中・年長
- ジュニアスクール基礎コース…小学生
- 個人レッスン……3歳児から大人
- 熟年者のコース・うたの会……大人
- 歌って踊れる青春ポップス……大人

◀詳しい教室・コース一覧などはHPにて!
三木楽器ピアノエレクトーン　検索

Twitterはじめました!
@Hands_Esaka

【営業時間】
| | |
|---|---|
| 8月21日（水） | 朝10時〜夜6時 |
| 8月22日（木） | 朝9時30分〜夜9時 |
| 8月23日（金）〜27日（火） | 朝10時〜夜9時 |

※8月28日（水）は夜8時まで

東急ハンズ江坂店
〒564-0051 吹田市豊津町9-40 TEL.06-6338-6161
https://esaka.tokyu-hands.co.jp/

From CityLife

## こども食堂を広げよう
### 〜「NPO法人全国こども食堂支援センター・むすびえ」によるこども食堂の調査〜

［文］編集部 木下

6月26日、「NPO法人全国こども食堂支援センター・むすびえ（東京都）」は各地域ネットワークなどと最新のこども食堂に関する調査結果を発表した。全国のこども食堂の箇所数が3,700を超え、過去最高の増加ペースとなった。箇所数は、全国に広がるこども食堂の地域ごとのネットワーク組織・自治体等に問い合わせ等をして集計したもの。（こども食堂の定義はそれぞれの組織の定義にしたがって集計）最も多いのは、東京都（488箇所）、大阪府（336箇所）、神奈川県（253箇所）。逆に、最も少ないのは、秋田県（11箇所）、富山県（15箇所）、山梨県（16箇所）。全国の箇所数は、昨年に比べ1,432箇所の増加となっている。また、小学校区に対するこども食堂の充足率は、沖縄県（60.5%）、滋賀県（52.5%）、東京都（36.6%）、鳥取県（35.2%）となった。充足率が低いのは、秋田県（5.5%）、青森県（5.6%）、長崎県（7.0%）。昨年の調査では5%未満が10県あったが、今回はゼロとなっている。

こども食堂の認知は約7割程度だが、実際にこども食堂に行ったことのある人は1割に満たないことが朝日小学生新聞（2018年）及びインテージリサーチ（2019年）の調査で明らかになった。こども食堂を訪れる割合が増加していない現状をふまえ、今後は訪れやすい環境をつくり、こども食堂の意義などをしっかり理解してもらうことが課題となりそうだ。

【協力】NPO法人全国こども食堂支援センター・むすびえ

第6回

子育てをがんばるママのためのHappyイベント

8.6 thu

# Kids & Mam Festa

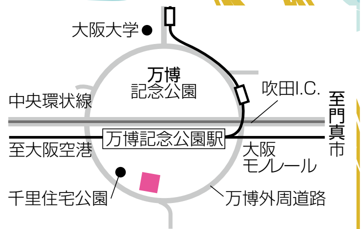
キッズ＆マムフェスタ

in ホテル阪急エキスポパーク

8/6(火)10:00〜15:00

入場無料
※雨天決行

子育てや美容、食など、ママたちが日ごろ気になっていることを体験できるセミナーやワークショップが勢揃い！
毎日、育児や家事に追われ、自分の時間がなかなか持てないママも大丈夫！お子様連れで楽しめるイベントです。




ホテル阪急エキスポパーク 本館B1・本館2F（吹田市千里万博公園1-5）
主催：City Life　お問い合わせ：TEL.06-6338-0640（平日10時〜17時 マムフェスタ担当）

大阪モノレール「万博記念公園」駅下車すぐ
駐車料金：割引サービスあり。駐車券を会場までご持参ください。　なるべく公共交通機関でお越しください。

## pick up 1 情報感度の高い子育てママにぴったりのセミナーやブースがもりだくさん！

子育て中のママが知っておくと役立つ教育や保険などのセミナーに体験・相談ブース、お子様も楽しめる手作りワークショップなどが勢揃い。詳細は下段や左ページを確認しよう。

## pick up 2 来場者プレゼントがいっぱい！

### マルコメ 糀甘酒豆乳ブレンドをプレゼント！

入場時に受付ブースで手に入れよう。
※砂糖不使用、アルコール0%、飲みやすく熱中症対策にも！

先着1000名様

### 賞品がもれなく当たる！ スタンプラリーに参加しよう

セミナーや体験・相談ブース、ワークショップに３つ以上参加すると、スタンプラリーに参加できる！

賞品例
- 阪急阪神第一ホテルグループ共通ご利用券
- チーズケーキなどのスイーツ
- 知育グッズ
- 商品券1万円分　ほか多数ご用意しています。

※受付でスタンプラリー用紙をもらい、参加方法などを確認してください。※賞品は抽選となります。

### 来場者全員にプレゼント！

「お弁当袋になっちゃう!!ランチクロス」を大人ひとりにつき1枚プレゼント。

さらに、ホテル阪急エキスポパーク内レストラン4店舗共通20%OFFチケットプレゼント！

## 参加無料 セミナー・体験会 本館2F

※参加は事前申し込みの方が優先です。定員になり次第、受付終了となります。
※複数受講OKです。※一部材料費が必要です。

キッズ&マムフェスタ で検索
応募フォーム▶

### ROOM いちょう 10:15〜11:15

#### コツコツ貯金はもう古い！？ 子育てママのための貯蓄学

ソニー生命保険株式会社

簡単ワークであなたの貯蓄力をズバリ診断！お金の事は学校ではなく親が教えるべきというのが日本の文化。教える立場となった子育てママが、今こそ知っておきたいお金の基本を徹底解説。子どもたちの未来を守るための必聴講座です。
SL19-1520-0103

講師
ライフプランナー
佐伯 忠史さん
NPO法人ファザーリング・ジャパン関西メンバー。東大阪市男女共同参画推進委員。自治体主催のパパスクールで講師も務める先輩パパとして活躍中！

### ROOM うめ 10:15〜11:15

#### 教育資金を貯める前にやるべきこと 家計の見直し方法教えます！

ファイナンシャルプランナー

お子様が誕生するとまず考えるのが、教育資金という方が多いのではないでしょうか？でも、その前にやっておきたいのが、家計の見直し。少しの努力で毎月3万円の貯蓄を無理なく実現できる方法をお話しします。

講師
色川 洋人さん
「難しい話をできるだけ簡単に」を心がけ、関西で個別相談やマネーセミナーを実施。固定費の削減からキャッシュレスまで様々なお金の生み出し方を提案します。

### ROOM 月光1 10:15〜11:15

#### こどもを“英語嫌い”にさせない英語教育 〜世界とコミュニケーションをとれる人材になるために〜

株式会社アップ　eCraze千里中央

「英語を習い続けてきたが、コミュニケーションを取れるレベルに至らなかった」「英検合格を目的とした英語教育によってこどもが英語嫌いになってしまった」…。大人になる前に英語を嫌いになってしまっては早期教育の意味がない。日本の英語教育の問題点と、教育現場の現状。様々な情報が飛び交う昨今に、親としてできることは何なのか、包み隠さずお話しします。

講師
株式会社アップ eCraze 千里中央部門長 近藤俊史さん
大学在学中に海外留学。卒業後、アメリカでインターンシップを経て、様々な職を経験。帰国後、大学院で英語教育を研究。2007年株式会社アップ入社。大学受験部門の英語講師を12年勤務。今年7月千里中央にeCrazeを立ち上げる。

### ROOM 月光2 10:15〜11:15

#### 親子でアートのハッピーを！500色の色えんぴつで体験する臨床美術の世界

フェリシモ　臨床美術部

人は創作活動によって脳が活性化されます。小さなお子さんも大人も同じです。当日は脳を活性化する【臨床美術】をベースとしたオリジナルアートプログラムを一緒に楽しみましょう！手のひらと500色の色えんぴつを使ってオリジナルの抽象画作品を作ります。完成した作品は世界で1枚のオリジナルです。
材料費：500円　先着30組
※要事前予約制

講師
臨床美術士
長町香さん、高須真紀子さん
森まり子さん、中村由美さん
株式会社フェリシモで臨床美術士として幅広い年齢層の方へ臨床美術の楽しさを伝えています。毎月神戸で開催されるオフィスワークショップを企画運営中。

### ROOM いちょう 11:30〜12:30

#### こどもの学習意欲がみるみるあがる！ 目からウロコの学習法

ぱんだちゃんのおうち学校

SNSが使えるママパパ必見！いつでもどこでも学びのチャンス！今話題の画期的な家庭学習法を伝授します。2歳〜10歳のうちに学習習慣を身に付けることで、高校、大学、その先の未来が変わります。「子どもが好きになる算数」「読解力が身につく絵本の読み方」など、家庭ですぐに活かせる学習法をお話しします。

講師
本多 抽紀江 校長先生
プロ家庭教師歴25年の経験から、時間も地域もえらばない、どこでも誰でも参加できるSNSを使った画期的な家庭学習方法を考案。“家庭学習のパイオニア”と言われている。

### ROOM うめ 11:30〜12:30

#### 子育てママの賢いハッピーマネー術 〜人生3大資金とは？〜

ライフプラザパートナーズ

人生には、様々なお金が必要となりますが、人生の3大資金をご存知でしょうか?必ず必要になるお金のことを把握して、早めの準備をしましょう。一生にかかるお金の話しを分かりやすくお伝えしますので、将来を見据えた家計シミュレーションにお役立てください！

講師
ファイナンシャルプランナー
豊福 勝彦さん
これまで約1,500世帯の相談を受け、資産形成・ライフプランのお手伝いをさせていただく。子育てマネーアドバイザー、住宅ローンアドバイザーなど様々な資格も持つベテランFP。

### ROOM 月光1 11:30〜12:30

#### 賢い子に育つ、家庭でできる 知育あそび 0〜3歳児編

日本ベビーコーチング協会

0歳から3歳はあそびの中で手に入る「本当の賢さ」の種を蒔く大切な時期です。今回は当協会で開催している『ベビー＆キッズエキスパート講座』の中から、親子の関わりで伸ばすことのできる言語・数・量・空間・音楽・英語など分野別の遊び方とその時期に適したおもちゃの種類、声のかけ方をお伝えします。また、身の回りにあるものを使った手作りおもちゃのご紹介もいたします。

講師
浦部 順子さん
(株)UKK代表取締役/日本ベビーコーチング協会理事/輝和美こどもクラブ理事コーチングや交流分析を専門に講演・コンサル・コーチ・カウンセリング等でも活躍中。　※0〜3歳の子の保護者様対象、無料メルマガ登録で家庭でできる知育あそびシートをプレゼント!

### ROOM 月光2 11:30〜12:30

#### 親子でぷっくり マカロンマグネットを作ろう

プリザーブドフラワー&マカロンタワーサロン Story

親子で夏休みの想い出に、自分だけのキュートなマカロンマグネットを作ってみませんか？マカロンの形をしたマグネット（直径4.5㎝）がクレイで簡単に作れます。色を選んで、専用のホイップで挟み、お好みのデコレーションで飾っていただけます。ぜひ楽しい時間をお過ごしください。
体験費（材料費込み）：500円
先着20組　※要事前予約

講師
プリザーブドフラワー&マカロンタワーサロン Story
HIROMIさん
プリザーブドフラワー認定講師。子育てが一段落し“可愛いもの”が好きという趣味が高じて、2016年よりココフィオーレ認定校であるお家サロンStoryを開いている。

### mini パン＆スイーツマルシェを同時開催！

本館B1F ホワイエ

原料からこだわる話題のベーカリーC’s terrace（シーズテラス）や、スティックチーズケーキのoperetta（オペレッタ）などが出店！お土産にしても喜ばれるはず。イートインスペースもあるので、ひと休憩にも是非ご利用ください。

京都下鴨ベーグルパン専門店 ラブズベーグル

C’s terrace
※写真はイメージ

operetta

栗栗坊主

### ROOM 月光1 12:45〜13:45

#### 自由研究におすすめ！くるくる巻いて 簡単工作ワークショップ

UKK スマイルキッズ

カラーダンボールをくるくる巻いて、かわいいウサギちゃんやワンちゃんペンホルダーの出来上がり！巻いて、折って、同様の作業をくり返し集中力が養われます。耳の形やポーズに変化をつけ、パーツを増やしてオリジナルアレンジを楽しむこともできます。
※先着26名限定　対象年齢：6歳〜　材料費：540円　ウサギちゃん13個。ワンちゃん13個。先着順にてお選び頂きます。

講師
スマイルキッズ講師
幼児教室の運営と、幼児おもちゃの販売をするスマイルキッズ。当日は、教室講師が丁寧にお教えします。

### ROOM 月光2 12:45〜13:45

#### 教育費のマル秘貯金方法

ファミリー専門
ファイナンシャルプランナー

教育費を貯めるには学資保険？貯金？こんな悩みを持つ小学生未満のお子様がいるママは必見！「無理なく無駄なく」教育費が貯まる方法を伝授します！その饒舌な語り口調は「おもしろくてわかりやすい」と大好評！いま話題の老後資金についてもしっかりとご説明します。

講師
岡山さん
普段は社内ファイナンシャルプランナーの育成、指導を行いながら全国各地でマネーセミナー、相続セミナーを100回以上開催しています。
相続診断士・公的保険アドバイザー

## キッズも楽しいイベント盛りだくさん！

### 世界一長い?らくがきキャンバス　本館B1F ホワイエ

大きなキャンバスに、思いっきりラクガキしよう！

※写真はイメージです。

### 赤ちゃん ハイハイレース　本館2F 星雲 11時〜12時

**参加条件** ハイハイができる1歳前後の赤ちゃん。事前予約制、先着35名。応募状況によっては当日参加もOK! 一等賞にはオリジナル王冠プレゼント！

**応募締切** 8/4(日)まで お申込みは下記応募フォームより

### ヤマハ音楽教室のおともだちの エレクトーンミニコンサート

**公演時間** 11:00〜、13:00〜

### おはよう朝日でお馴染み エレクトーンのお姉さん 小椋寛子さん エレクトーンミニライブ

**公演時間** 11:00〜、13:00〜

ともに本館B1F ホワイエ

### 絵本スタンプラリー　本館B1F オービットホール

会場内を周って4つのスタンプを探してね。スタンプを全部集めて絵本が完成したら、いろんな使い方ができて大人気のかわいいマスキングテープをプレゼント！

※絵本（スタンプ台紙）は、会場入口の受付にてお配りいたします。
※プレゼントは「医療法人スマイルプラン（歯科）」ブースでお渡しします。

### はみがきキッズダンスステージ
本館B1F オービットホール内特設ステージ

はみがきうさぎと一緒にLet's Dance！ 楽しく踊りながら正しい歯みがきの仕方も覚えられるよ。ショーを見た後にアンケートに答えると、ふらんす亭高級レトルトカレーをプレゼント！

**開催時間**
10:30〜、11:30〜
12:30〜、13:30〜
各回先着20組
参加無料

事前に振り付けを覚えてね！

### レゴ®ブロックで遊ぼう!　本館B1F ホワイエ

教育用に開発され、多くの学びを生み出しているレゴ®教材。レゴ®ブロックで遊びながらレゴ®スクール独自のメソッドも無料体験できちゃう絶好のチャンス！普段の体験では触れることができない、他の年齢の子どもが対象となる教材もあるので、この機会に色々体験してみてね。

Workshop・Consultation

## ワークショップや 体験会に参加しよう

**本館B1F オービットホール**

英会話やベビーマッサージ、美容などを楽しく体験したり、子どもの習い事のことを相談できたり、わくわくがいっぱい！
事前受付は不要です。当日受付のみ。

※体験やワークショップは待ち時間の発生が予想されます。お時間に余裕をもってお越しください。
※体験内容によって参加費・材料費が必要になります。
※イベントの内容は予告なく変更される場合がございます。※写真はいずれもイメージです。

### ▶ お人形の洋服作り体験

｜ワークショップ｜寿絲-cototoito-

好きなパーツを選んで貼るだけで世界にひとつだけの着せ替えドレスが作れるよ！お洋服デザイナーになってみよう！

### ▶ 羊毛フェルトでアイスクリーム作り体験

｜ワークショップ｜羊毛スイーツ*mai sweet*

羊毛フェルトで可愛いアイスクリームを作りませんか?
お好きな味を選んで、カップに入れてお持ち帰りいただけます！

### ▶ 苔玉で作るモスペット製作体験

｜ワークショップ｜Yowchan

苔玉にカラフルなアート水苔を巻いて作るモスペット♪
頭から生えた植物はもちろん成長します。作って、育てて、飾って楽しいモスペット体験をぜひ★

### ▶ 素敵な笑顔を絵にしよう

｜似顔絵｜Smile・Spot

色紙カラー描き
1人につき500円
※所要時間
15分〜

### ▶ キラキラメモスタンドを作ろう

｜ワークショップ｜ぱんだちゃんのおうち学校

まぜるだけで固まる不思議なレジン！を使います。ポイントを計算して、アイテムを選ぶので簡単な足し算も楽しく学べます。キラキラビーズ、恐竜やお花など、好きなアイテムを選んでメモクリップをつくろう！色もつけられます。(800円〜)

### ▶ アレンジメントワークショップ、アクセサリー、雑貨の販売

｜ワークショップ｜atelier MinT

フラワーアレンジメントと手作りのアクセサリーや雑貨のお店atelier MinT。アーティフィシャルフラワーの多肉植物を使ったワークショップ（参加費：1,000円）、雑貨の販売を行います。ワークショップはお子様も一緒にご参加いただけます。

### ▶ 癒しのハーバリウム

｜ワークショップ｜Story

アーティフィシャル（造花）やプリザーブドの小花を使用した、涼し気で爽やかなハーバリウムを作りませんか。好きな花や色をお選びいただき、あなただけのお気に入りを作ってお持ち帰りいただけます。　参加費：1,000円

### ▶ 叱らない！適期教育体験

｜親子教室｜ベビーパーク

子どももママも成長できる親子教室。無料体験レッスン申込でもれなく教材が当たるガラガラ抽選会を実施します！！3歳以上のお子さまには知能向上教室キッズアカデミーの無料体験をご案内いたします！

### ▶ 木や布の知育おもちゃ販売

｜知育｜UKK スマイルキッズ

幼児教室の講師たちが〈どれも必ず"理由"がある〉をコンセプトに選んだおもちゃが勢揃い。当日は、知育玩具アドバイザーがご相談を承ります。ちょっとしたプレゼントに最適なおもちゃ雑貨もご用意いたしております。

### ▶ サイエンスラボ　巨大万華鏡体験

｜教育｜アクティブ・ラーニング・スタジオ

サイエンスラボの「巨大万華鏡」を体験できます。科学実験・レゴ®スクール・保育・英会話・体操など、幼児〜小学生向けの多彩な教育コンテンツをご紹介。当日LINE@に登録いただいた方には、先着400名に「あひるのミニレゴ®ブロック」をプレゼント!

### ▶ お子様の発達についての相談会

｜子育て相談｜アートチャイルドケアSEDスクール

周りと比べて言葉がゆっくり、集団生活の中で落ち着きがない等、お子さまの行動で気になる事はありませんか？専門支援に携わるスクール職員にご相談してみませんか。手作りおもちゃで遊べるキッズスペース有。ぜひお立ち寄り下さい！

### ▶ 運動ができる子に育てる！2歳から小学生の運動教室

｜子ども運動教室｜忍者ナイン 茨木・豊中・箕面・池田ラボ

2歳から小学3年までの子どもたち向けに、「走・跳・投・打・蹴・組・捕・リズム・バランス」の9つの運動動作を指導する『忍者ナイン』（北摂に7教室）。いろんな道具を使って、インストラクターと楽しい運動レッスンをプチ体験！

### ▶ エレクトーン無料体験レッスン♪

｜音楽教室｜ヤマハ音楽教室　三木楽器

小さなお子様でも楽しめるエレクトーン体験コーナーとヤマハ音楽教室説明コーナーがございます。エレクトーンを体験し、簡単なアンケートにご協力いただいた方にはヤマハオリジナルグッズをプレゼント！

### ▶ 関西初 Kids Duo International 豊中 体験・相談会

｜バイリンガル幼児園｜Kids Duo International 豊中

2020年4月に豊中市少路に新規開園。保育園と同じ保育時間、幼稚園以上の教育カリキュラムにて『英語力』『学習力』『運動能力』を育みます。当園の概要や1日の流れなど、動画なども用いてご説明いたします。https://www.kdi.ac/

### ▶ 脳科学を用いた療育で発達の底上げ！1〜6歳向け

｜子育て｜KID ACADEMY 箕面・吹田・川西校

発達の底上げ脳科学に基づいた40種類以上のカリキュラムを一人ひとりに合わせて構成するオーダーメイドカリキュラム。親子で楽しく体験！お子様の様々なお悩みの相談をスタッフがお受けいたします。当日はハズレなしの抽選会を実施しています。

### ▶ マドレーヌ試食会&アンケート

｜歯科｜医療法人スマイルプラン(歯科)

簡単なアンケートにお答えいただくと、砂糖の代わりにキシリトールを使った歯にやさしくて美味しいマドレーヌをプレゼントいたします！試食会もありますので、ぜひご参加ください。

### ▶ ママに便利なポーチプレゼント&抽選会

｜ファッション 雑貨通販｜フェリシモMAMA

ママ&マタニティに便利なファッション・生活雑貨を販売するフェリシモMAMA。当日、お申込みいただいた方全員に、とっても便利な撥水ポーチを無料でご自宅までお届けします!さらにママにおすすめの商品が当たる抽選会にもご参加いただけます。

### ▶ ワンコインで変身メイク

｜美容｜メナードフェイシャルサロンELLE〈エル〉

ベース作りから始まって眉スタイリング・フルメイクとプロのメイク技で素敵に変身しませんか？貴方のお肌の状態が分かる無料スキンケアチェックも。プチエステは1,500円。

### ▶ わたしと、赤ちゃんを、つなぐ水 アクアクララ試飲会

｜水｜アクアクララ

ママと赤ちゃんが生きていくうえで欠かせない水。赤ちゃんがいる今だからこそ、何よりも安全な水を届けたい。アクアクララはそんな思いから、赤ちゃんとママ向けのベビアクアプランがあります。

### ▶ 知る人ぞ知る北摂ママさん御用達店

｜卸売&サプライストア｜ジェット

子育て世代のお母さま方を価格でバックアップ！良いもの・本物をテーマに揃えられた子どもにやさしい商品をほんの一部ご紹介します！ぜひ、お子様たちに体験してもらってください！

### ▶ 安全・安心な地元野菜の試食販売

｜地産地消｜JA大阪北部 農産物直売所

地元生産者が丹精込めて育てた新鮮で安全・安心なお野菜と、皆様をつなぐ農産物直売所が出張試食販売を行います。更にLINE登録でハズレ無しのガラガラ抽選会にチャレンジ！お気軽にお越しください！

### ▶ おやつも安心して食べられます

｜食材宅配｜生活協同組合コープ自然派おおさか

お子さまにも安心！有機のりんご・にんじん、レモンのみで作られたジュースの試飲、発がん性のある化学調味料を使わないポテトチップスの試食を実施しています。

### ▶ よどがわ生協人気商品を試食

｜食材宅配｜大阪よどがわ市民生活協同組合

よどがわ生協では子育てで忙しいご家庭や、地域の学童・保育施設にも、おやつや食材をお届けしています。イベントでは、人気商品の試飲試食を実施。当日生協のご加入で、「2,000円分の次回から使えるポイント」をプレゼントいたします。

### ▶ 「こはい」で人気のコープ商品試食

｜食材宅配｜コープこうべ 宅配

重い荷物を抱えて、お子様を連れてのお買物って結構大変…。コープの「こはい」で、そんな子育てママのお悩みを解決！当日は、人気のコープ商品のご試食のほか、宅配加入の方には素敵なプレゼントもご用意しています。

### ▶ ジュース試飲&先着で試食も！

｜宅配｜有機・低農薬野菜の宅配 らでぃっしゅぼーや

独自の厳しい基準で「おいしい」と「安心・安全」をお届けする宅配サービスです。子育てママの時短を応援！！旬の食材をお届けします。ストレートの果汁ジュースの試飲と、先着で試食もできます！

### ▶ 学資保険と、子育てライフプランのご相談

｜家計・貯蓄｜ソニー生命保険株式会社

子育てにこれからどれだけのお金がかかるかご存知ですか?理想のライフプラン作りのお手伝いをご案内。アンケートにお答えの方には、有名書家による手形アートをプレゼント！
SL17-1520-0156

### ▶ 無料血管年齢チェック&無料保険相談

｜保険｜オリックス生命

1分で計測できる！あなたの血管年齢を測ってみませんか？アンケートに答えて、粗品プレゼントもございます！

### ▶ 無料保険相談&マネープランニング

｜保険｜ライフプラザパートナーズ

無料保険相談 or アンケート記入でスヌーピーのコップ&巾着をプレゼント！

### ▶ 教育費の「マル秘」貯金方法！

｜保険｜ファミリー専門ファイナンシャルプランナー

教育費、生活費、住宅ローンの返済等々…日々のやりくりが大変なママに朗報！プロがしている「今の生活水準を変えずに」簡単に貯金ができる方法を大公開！

### ▶ 消費税UPの今こそ、保険の見直しで支出減

｜保険｜ほけんのぜんぶ

消費税増税も間近なこのタイミングで、節約・貯蓄のための情報収集してみませんか？簡単なお金・保険のアンケートでノベルティプレゼントも実施します。ぜひ、気軽にお立ち寄りください。

### ▶ 踏み間違い時サポートブレーキ体験イベント

｜車｜ネッツトヨタニューリー北大阪

駐車スペースでは、頻繁にアクセルとブレーキを操作します。だからあわてて踏み間違えてしまう可能性も。トヨタの「サポカー」は、計8個のセンサーで前と後ろをしっかり検知。トヨタ最新の予防安全技術を、会場で体験いただきます。

## 脳科学に基づく細やかなカリキュラム 科学的アプローチで知能向上・苦手克服

これまでの療育とは異なる、脳科学の知見を活かした科学的アプローチが特徴の児童発達支援教室。昨年オープンした箕面校に続き、北摂に3校目の開校となる。カリキュラムは、40種類以上のトレーニングを一人ひとりの発達状況や症状に合わせて構成するオーダーメイドカリキュラム。たとえば、お箸を使うことでその正しい持ち方はもちろん、脳に刺激を与え、3歳からの本格的トレーニングに備える「指先強化トレーニング」や、社会性を高める「ワーキングメモリトレーニング」などを実施。適切なトレーニングを重ね、自分をコントロールする力が身につくように導く。同時に保護者・通っている園・同教室の連携を強化。保護者には毎月、成果や状況のレポートを提出するほか、個別の面談や相談の場も設けており、子どもと保護者を全面的に支えてくれる。無料見学会は随時実施中。

スタッフ同士でも連携し、子どもを見守る体制もしっかり整えている。

### 保護者の声

保護者からは「しゃべる言葉が増えて、落ち着きが出た」「子どもが楽しみにするので、通う日数を増やした」など子どもの変化を喜ぶ声が多数。親身になって取り組むスタッフへの感謝の声も多数。

### 脳科学に裏付けされたカリキュラム

幼少期の脳は、年齢で成長する領域が大きく変化するうえ、子どもの発達状況も人それぞれ。そこで、同教室では脳科学に基づくきめ細やかな独自の療育カリキュラムを提供。総合的な能力の向上、知能の向上を目指す。

**KID ACADEMY**〈キッドアカデミー〉
営・電話受付／10時～17時　日祝休校　https://kid-academy.jp/

【 吹田校 】
吹田市千里山西2-7-22
ベルビューレ千里山参番館1F
06-6192-8622

【 箕面校 】
箕面市西小路2-7-16
箕面朝日ビル203
072-720-7522

【 川西校 】 9/1 OPEN
川西市花屋敷1-5-18-105
開設準備中のため
問い合わせは箕面校へ

特典
「シティライフを見た」で
無料体験・見学の参加時に
かわいいエコバッグプレゼント
(8月末まで・数量に限りあり)

その子らしく生きていくためのチカラを育む

# 子どもの発達をサポートする

## 豊富にそろう「感覚調整遊具」「振り返り」で保護者との連携を大切に

※SEDスクール箕面の様子

(上)感覚調整遊具はバランス感覚を養うブランコなど多数取り揃えている。
(左)保護者はマジックミラー越しに、子どもの様子を見ることができる。

1歳半～就学前対象の児童発達支援教室。特徴であるマジックミラー付きの観察室からは子どもの様子を見守ることができ、「振り返りの時間」では毎回悩みや今後の方針など、保護者との連携も重要視している。プログラムは身体と脳の「土台づくり」を基本とし、「眠育(下記参照)」の推進や「感覚調整遊具」を活用し、言葉の発達にも不可欠な身体作りをサポート。個別・集団療育あり。見学は随時受付中。(要予約)

### 保護者の声

幼稚園生活を送る上での「縁の下の力持ち」的存在です。出来ることが増えたのも実感しています。応対だけでなく、子どもに提示される教材からも工夫や寄り添いを感じます。　3歳児のママ

### 眠　育

子どもの発達に深く関連しているという睡眠。日本唯一の独自プログラム「眠育」を採用。専門医の診断・助言のもと、眠育により生活リズムの乱れを改善し、脳の育ちを促す。

**アートチャイルドケア SEDスクール**
閉所日／日・月・GW・年末年始

**箕面**
箕面市桜井1丁目13-2
ハレリア桜井 2F
受／火～土 9時～17時
Pあり(登録制)
072-768-8481
空き枠は要問合せ

**JR吹田駅前**
吹田市片山町1-1
メロード吹田一番館2F
受／火～土 9時半～18時半
06-4860-6911
吹田校は若干名の空き有

※枚方校・川西校も2019年1月に開校

特典 「シティライフを見た」で
体験1回無料&手作りおみやげプレゼント
(8月末まで)

若い男性スタッフが常駐しているのも同施設の特徴だ。

## その子に合わせたプログラムを一緒に作ってくれる児童デイサービス

多くの学校施設に囲まれた安全な地域に位置する児童デイサービス「やま」。学習、手芸工作、ダンス、楽器を使った自己表現など様々な取り組みを実施していて、発達の状態や、その子の"好き嫌い"を考慮した一人ひとりに合わせたプログラムを一緒に作ってくれる。スタッフは全員が教員免許などの有資格者。子どものケアを第一に考えるのはもちろん、子どもを支える保護者にも時間的、体力的な余裕を提供し、笑顔で過ごしてもらえるサポートをしたいという想いを持つ同施設。気になった方は、随時開催中の無料見学会をのぞいてみては。

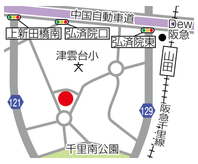
### 児童デイサービス やまの3つの特徴

①柔道整復師と鍼灸師による機能訓練
運営するのは、柔道整復師と鍼灸師。関節の強直、うっ血などにアプローチ(血流改善)。個々に合わせた運動機能トレーニングも行う。

②幅広い年齢層の子が通う
0歳～18歳まで受け入れ可能。幅広い年齢層の子が通っているのでお互いが刺激となり共に成長する架け橋になっている。

③長時間預かり
平日月～金は10時～18時と長時間の中から選択OK。都合に合わせての利用も歓迎してくれる。

**児童デイサービス やま**
吹田市津雲台4-1-6
営／月～金 10時～18時、土・祝 10時～16時
日曜定休　※送迎サービス有り
06-6871-3457
mail:concept1201@yahoo.co.jp




# CROSS WORD

応募方法／はがきもしくはFAXに解答と〒・住所・氏名・年令・職業・電話番号を明記の上、編集部までお送りください。抽選で5名様に記念品をプレゼント。(毎月20日〆切)

応募先／FAX：06-6368-3505
〒566-0001 摂津市千里丘1-13-23
シティライフ「クロスワード」係

●7月号の答え ウミノイエ

## 立体クロス

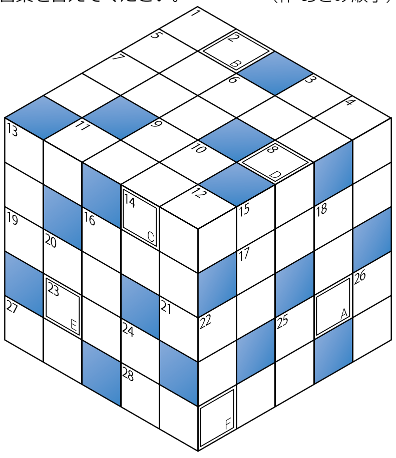
変形の立体クロスです。数字の向きに従ってタテ、ヨコのマスを埋め、二重枠のA～Fを並べてできる言葉を答えてください。　(作･あさみ順子)

### タテのキー

1 お盆の最終日にたく
2 船や海流の速さの単位
3 キシリトール入りのをかむと虫歯予防に効果が
4 いぐさ・わら・竹などで編んだ敷物。農民一揆の旗になることも
6 頭痛や吐き気がしたり人に絡んだり
10 日本の隣国。首都はソウル
11 ○○の耳に念仏
12 ロシア語ではサハリン、日本語では
13 パンクしたら走行できない
15 手術をするお医者さん
16 リレー走者の手には
18 ローザンヌといえばこの舞踊
20 メバチ、キハダ、ビンナガなどなど
22 千葉県中央部の旧国名
24 母親、店の女主人
25 日本の国鳥
26 ハーメルンで不思議な男が吹いたもの

### ヨコのキー

1 木をきる道具
3 インドネシアの民族音楽
5 キリギリス科の昆虫。雄はガチャガチャと鳴く
7 ○○○・リーグ、○○○・マーメイド
8 日本語では輪舞曲
9 自由に使える、あまった時間
11 自動車の点滅式方向指示灯
13 磨かざれば光なし
14 お肌をプルプルにするたんぱく質
16 源頼朝は鎌倉に、徳川家康は江戸に開いた
17 負け越したら大関陥落
19 クロネコ、ナデシコ、宇宙戦艦
21 人が多く住み商工業や文化が発達する土地
23 関東地方の県
25 ウクライナの首都
27 ○○ウイルスに感染すると激しい胃腸炎を起こす
28 もんだりたたいたりする治療法。美容のためにも行う



解答 A B C D E F

From CityLife
## 新店情報募集
※掲載基準があります。詳しくはお問合せください。

北摂・神戸阪神間で新しく「お店をOPENする」という店に朗報です!情報紙City Lifeが運営するwebサイト「CityLife News」に無料で情報をご掲載させていただきます。掲載ご希望の方はCity Life編集部までご連絡ください。

[お問合せ先] 06-6338-0640　[メール] info@citylife-new.com

さつまホーム 無添加住宅®
土地探しからお手伝い!
ホームページでも施工例公開中!　さつまホーム
〒562-0036 大阪府箕面市船場西2丁目1-1 エリモビル5F
営業時間 9:30～19：00　定休日 火曜・水曜
お問合せ 0120-780-636

JA OSAKA HOKUBU FARMER'S MARKET

# JA大阪北部 農産物直売所の おいしい理由

北摂の食卓を応援します!

## 適期収穫で“旬”を何よりも大切に

開店前の店内には、能勢、豊能、箕面、豊中、池田などの地元で朝に収穫された新鮮野菜がずらりと並ぶ。この7月下旬から8月は、夏野菜が最もおいしい時期。オススメは薄皮のミニトマト「ぷよ姫」。傷つきやすいので流通が難しく、生産者が直接届ける直売所でしか買えない人気商品だ。ほかにも空芯菜やおかわかめなど、ちょっと変わった野菜も並ぶ。農産物はすべて、誰が、どのように栽培したかという栽培履歴をJAが管理しているので安全・安心。野菜のおいしさを知ってほしい、子育て中のママにこそ訪れてほしいスポットだ。

### A 人気は地元の新鮮野菜。朝がおすすめ!

訪れるお客さんの目当てが、地元の生産者が毎朝届ける「今朝採れ野菜」。適期に収穫しているので、栄養もおいしさもピーク。売り場には、「野菜ソムリエ」や「食育ソムリエ」の資格を取得したスタッフが野菜の上手な選び方やおいしい食べ方を教えてくれる。

### B おいしいお米は精米したてがいちばん

豊能や能勢で栽培された2種のお米を1kgずつ量り売りしてくれる。好みに合わせて分づき米(1分から上白米まで11段階)にできるのも人気。

めずらしい野菜もありますよ

防除履歴のチェックもしっかり!

自慢の漬物はこちらの生産者の野菜を使用することもありますよ

### 編集部のオススメ

**能勢の花まめ**

色鮮やかな豆菓子は、黄色はくちなし、緑は抹茶、白はしょうがなど安心の素材で1色1色手間暇かけて作られている。素朴な味わいにリピーター多し。

**能勢茸屋本舗の佃煮&しいたけ御飯の素**

昔ながらの栽培方法で育てられた能勢の椎茸。大金で薪を使い、時間と手間をかけて作られる佃煮は、ご飯のお供にぴったり。

### D 「秋鹿」や「呉春」など地酒もラインナップ

地酒コーナーでは、蔵元自ら栽培した山田錦を100%使用した能勢の「秋鹿」や猪名川の清水を仕込み水として用いた池田の「呉春」などの人気の銘酒が並ぶ。

### C 特産加工品も人気

味噌や納豆、豆腐などの加工品も地元の生産者団体が、無添加で体にやさしい安心な素材で作っている。また能勢養鶏組合の新鮮な地卵や、和歌山のおいしいみかんジュースや梅干しなどが並ぶJA紀南コーナーもチェック!

## 生産者の声

### \ 知恵と工夫を凝らして、安全・安心な野菜を届けたい /

おいしそうに実ったプチトマト。甘みと酸味のバランスが自慢です。

**岸間松子**さん〈豊中市〉

夏野菜の茄子も丸々と育っておいしそう。住宅街に畑があるのでカラスから守る工夫も。

12月頃に収穫を迎えるネーブル。真夏の陽射しをたっぷり浴びて甘みをたくわえている。

20年前まで水田だった土地を畑にして、ズッキーニやきゅうり、キャベツなどの野菜を育てている岸間さん。「主人の両親が農業を営んでいたので、見よう見まねで始めました。花が好きなので、野菜の近くにマリーゴールドやハーブを植える“コンパニオンプランツ”やニンニクの葉を土の上に敷き詰めて害虫除けにして、農薬を極力使わないようにしています。あと、お風呂を薪で焚いて出た灰(カリウム)が野菜の生育を助けるので土に混ぜています。果実畑では、びわ、いちじく、ネーブル、清見オレンジなどを栽培。「お客さんに喜んでもらえるのがやりがいですね」。

女性でも扱いやすいミニ耕運機で土を耕す。岸間さんの畑の土はふかふかだ。

## JA大阪北部の取り組み&今後のイベント

### 高山真菜サポーターズ倶楽部

第3回 会員募集中

なにわの伝統野菜“高山真菜”の栽培をお手伝いしませんか?

日　時: 第1回目《うね立て・種まき》令和元年10月上旬～中旬の間で1日間
第2回目《収穫》令和2年3月中旬～下旬の間で1日間
場　所: 豊能町高山地区の農地
【会員になっていただける方】JA大阪北部管内に在住の満18歳以上の方
※18歳未満の方のご参加は会員様同伴の場合のみ可能です。
【申込締切日】令和元年9月6日(金)
※先着順に受付を行い、結果については郵便にてご案内いたします。
【当日の持ち物】着替え、雨具、飲み物など
※当日の昼食やタオル、農作業に必要なものは当JAで用意します。
【応募方法】入会希望の方は、各支店備え付けの入会希望用紙にてご応募ください。

### 親と子の食農体験学習

能勢高校・豊中高校能勢分校の生徒さんと一緒に!能勢高校の農場で養蜂を体験!ブドウを収穫して、「食」と「農」の関わりを学ぼう!

旅行実施日:令和元年9月14日(土)　募集人員:30名様(最少催行人員/25名様)
旅行代金:小学生お一人様:1,000円、保護者お一人様:2,000円
食事条件:昼食については持参。用意が難しい方は別途1,000円にてJAが用意。
希望の方はその旨、応募用紙等に明記。
参加条件:JA大阪北部管内(豊能町・能勢町・池田市・箕面市・豊中市)在住の小学生(4年生～6年生)とその保護者
【応募方法】各支店備え付けの参加希望用紙にてご応募ください。
(ハガキでの応募方法もあり。詳しくは店内のチラシをご確認ください)
【申込締切日】8月19日(月)消印有効 ※先着順ではありません。※締切後に抽選を行い、結果はご応募いただいた方全員にご案内いたします。
【添乗員】同行いたします。

高山真菜サポーターズ倶楽部・食農体験学習の問い合わせ先について　JA大阪北部 本店総務部 企画課まで　TEL072-725-0751

### キッズ&マム フェスタ出展

安全安心な地元野菜を出張試食販売します。さらにLINE登録でハズレ無しのガラガラ抽選会も実施します。ぜひお気軽にお越しください。(イベント詳細はP6、P7)

City Life主催
第6回Kids&mam Festa出展
日時:8/6(火)10時~15時
会場:ホテル阪急エキスポパーク
吹田市千里万博公園1-5


## JA大阪北部 農産物直売所

箕面市萱野2-6-13　営／10時半～15時　水曜定休
072-749-3818 https://www.ja-osakahokubu.or.jp

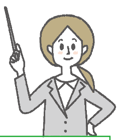
農業のために 地域のために 明日のために
JA共済の地域貢献活動

シティライフ主催

日々の生活が“もっと”豊かになる

# プロから学ぶ「生活向上セミナー」

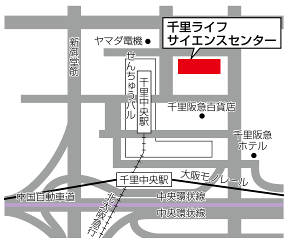
さまざまなジャンルで活躍するプロの方々から、
技術や知識を学ぶことができるセミナーを開催します。



**8/29**（木） 9:30〜16:20

**参加無料**
**複数受講歓迎**

会 場 千里ライフサイエンスセンター6F
（豊中市新千里東町1-4-2） 北大阪急行千里中央駅下車すぐ



［千里ライフサイエンスセンター駐車料金］
最初の1時間 400円、以後30分毎200円 最大1,300円
［周辺駐車場のご案内］
タイムズLABI千里（10時〜22時）
1時間300円、以後30分150円、最大700円

## セミナー参加申し込みはこちら

**事前申し込みが優先です。**

**下記URLの応募フォームもしくはお電話で申し込みください。**

※各セミナーの状況によって、当日参加も可能です。 ※事前申し込みをキャンセルされる場合は必ず前日までにご連絡ください。※同業者の情報収集、勧誘を目的とした参加はお断りします。

■応募フォーム http://seikatsukoujyou.citylife-new.com

■お問合せ TEL.06-6338-0640
（生活向上セミナー担当係まで） ※平日10時〜17時

プロから学ぶ生活向上セミナー 検索

応募フォーム

## 8/29（木）セミナー一覧

### セミナー室 A

**9:30〜10:30**

### 1 女性限定！知らなきゃ損する「お金のルール」

貯蓄するために必要な「お金のルール」はご存知ですか？それを知っているかどうかで、将来の貯蓄に大きな差がついてしまいます。今回は、なかなか学ぶ機会のない「お金」についての基本をわかりやすく丁寧にお話しし、「お金のルール」をうまく利用した賢い貯蓄術をお伝えします。

**講師 株式会社ノーダス 赤川 元秀さん**

ファイナンシャルプランナー。チーム★ライフプラン研究会所属。現在まで1,000件を超える顧客の相談を担当。全国組織の金融機関の外部講師経験も持つ。

**10:40〜11:40**

### 3 専門家が伝授！今からできる相続対策セミナー

「うちには相続税はかからない」と思っていませんか？相続が起こってからでは間に合わないこともあります。いざという時に慌てなくてすむように事前に対策を取っておきましょう！相続の専門家がわかりやすく相続の基本から事前対策の留意点をお伝えします。

**講師 税理士法人 カインズ 代表社員・税理士 北秋 勝己さん**

1987年税理士事務所を開業。2008年に税理士法人カインズへと法人化し、相続対策、資産活用を専門とする資産税部を立ち上げ、事業を拡大。金融機関やハウスメーカーの外部講師を多数経験。

**11:50〜12:50**

### 5 老後の資金？子どもの学費？将来に備えた「簡単」資産運用

「年金が心配」「子どもの学費を効率よく貯めたい」「使う予定の無いお金を銀行に置いてるのがもったいない」等、資産運用の必要性は年々高まっています。お金を残すには運用か節約です。この観点からの具体的な事例を交えて、「簡単」な資産運用の方法をお伝えします！

**講師 ファイナンシャルプランナー・相続診断士 井上さん**

「投資は短期・中期・長期の目的から」「投資は入り口より出口が大切」をモットーにメリット・デメリットの両方を説明する話は親切でわかりやすいと好評。

**13:00〜14:00**

### 7 誰でもできる！65歳までに2000万円作る方法

人生100年時代と言われる中、豊かなセカンドライフへの準備はできていますか？このセミナーでは、誰でもストレスなくセカンドライフへの準備をする方法をわかりやすくお伝えします。皆さんも豊かなセカンドライフへの第一歩を踏み出しましょう！

**講師 ファイナンシャルプランナー 松下 美知子さん**

関連記事 P.11をチェック!!

大手航空会社のキャビンアテンダントとして勤務した後、接遇マナー講師、経営コンサルタントを経て現職へ。働く女性や主婦向けのマネー講師として幅広く活躍中。2級ファイナンシャル・プランニング技能士、相続診断士、投資診断士。

**14:10〜15:10**

### 9 30代40代必見！本当にその資産運用で大丈夫？

6月に世間を騒がせた「2,000万円報告書」。それをきっかけに資産運用を考え始めた方は要注意！資産運用よりもまずは税金を取り返す方法など、無理のない家計改善をご紹介。初めての方にもわかりやすくお話いたします。

**講師 ㈱Merkur（メルクーア） 家計円満プロデューサー黒川 博理さん**

FPとしてお金に関する様々な悩みを解決すると共に、大手通販会社やクレジットカード会社などの会員向けセミナーの講師を歴任し、受講者数は3,300人を超える人気講師。

**15:20〜16:20**

### 11 お金との付き合い方、賢い貯め方を学ぶセミナー

金利が上がらないにも関わらず消費税と物価は上がります！使えるお金の量が縮小し、お金の価値は下がっていく一方…。iDeCoや積み立てNISAなどの投資信託、外貨積み立て、何が自分に合うのか、初歩から一緒に考えてみませんか？

**講師 ファイナンシャルプランナー 豊福 勝彦さん・松尾 剛さん**

資産形成・ライフプランの提案に定評がある豊福さんと、生命・損害保険のプロとして最適なコンサルティングを行う松尾さん。2人合わせ約3,000世帯を担当してきた経験をもとに目からウロコのマネーセミナーを開催する。

### セミナー室 B

**9:30〜10:30**

### 2 家の購入で4人に1人が後悔しています

家は3度建てないと満足した家は建たないと昔からよく言われています。本当にそうでしょうか？ はっきり言わせてもらうと、その原因は準備（勉強）不足です。当セミナーでは、雑誌やネットでは知りえない「解決すべき家づくりの問題点」をお伝えしています。

**講師 一般社団法人 良質不動産推進協会 代表理事 池田 泰弘さん**

一級建築士、土地家屋調査士試験合格者、不動産コンサルティングマスター（相続対策専門士）、一般耐震技術認定者、省エネ建築診断士、書籍「家づくり 右も左もわからへん」の著者

**10:40〜11:40**

### 4 知って得する中古住宅&リノベーションの正しい知識

中古住宅を賢く活用すれば、家計やローンの無理をせず、希望に沿った住まいを手に入れることができます。そのために必要な物件選び、お金、耐震、インテリアのことなど、大切なポイントを実例もふまえながらお話しします。個別相談の時間も設けますので、気軽にご相談ください。自分らしい住まいを一緒に考えましょう！

**講師 OCTAVE（オクターブ）代表 濱野 哲夫さん**

京都大学工学部卒、一級建築士・宅地建物取引士。中古住宅の販売・リノベーションを中心に「住まい」に関するプロデュース全般を行っている。

**11:50〜12:50**

### 6 自宅で始められる。「学研の先生」という働き方

「子育て中だけど仕事をしたい」「子どもに携わる仕事がしてみたい」そんな方は必聴！定年無く子どもが好きで、教育に関わりたいと思って下さる方なら始められるお仕事です。家事や子育てを大切にしながら、ご自分のライフスタイルに合わせて働ける学研教室の開室方法をお伝えします。

**講師 (株)学研エデュケーショナル大阪北事務局 林原 友紀さん**

教室立ち上げ〜開室後まで事務局スタッフがサポートしてくれるので安心。

**13:00〜14:00**

### 8 初心者歓迎！とにかく分かりやすい相続対策セミナー

「今からでも相続税を減らすことはできるの？」「遺言書は書いた方がいいの？」「義理の親の介護をすると、相続人に金銭請求できる？」など、相続の「そ」の字から分かりやすくお話します。約40年ぶりに変わった相続法の改正点など、知らないから損をするのはもったいないです。あなたのお悩みを専門家がズバリ解決します。

**講師 中之島中央法律事務所 弁護士 石田 慎也さん**
弁護士として、企業法務や多数の相続案件に従事。
**講師 ING税理士法人 税理士 池田 真哉さん**
大手専門学校で相続税の講師実績あり、数多くの相続業務に従事。

**14:10〜15:10**

### 10 令和の時代をサロン開業で美しく生きる

「興味があることを仕事に出来たら」「子育てと仕事のバランスを上手にしたい」「美容に関わる仕事をしてみたいな」そんなお気持ちがある人に聞いてほしいです。当社の提案する開業サポートパッケージ型のフェイシャルトリートメントサロンの概要をお伝えします。

**講師 SR SALON美容アドバイザー 原田 美沙さん**

エステやメイクアップインストラクターとして、サロンコンサルティングから立ち上げのサポートを行っている。

**15:20〜16:20**

### 12 40年ぶりの相続法改正！どうなる「2000万円」不足問題

40年ぶりの民法改正で相続はどう変わるのか？そして、世間を大きく騒がせた老後資金「2,000万円不足」問題の真実とは？資産防衛に長年取り組んできた専門家がわかりやすくお伝えします。

**講師 司法書士法人おおさか法務事務所 代表・司法書士 川原田慶太さん**

創設36年、大阪・兵庫・東京に5拠点の資産承継に特化したリーガルファーム。「司法書士は見た！実録相続トラブル」「スタンダード相続手続」など、相続対策分野の執筆著書多数。

困り事はプロに頼って解決!!

暮らしを豊かにしてくれる

# プロフェッショナル

暮らしのなかで困っていることはありませんか。
さまざまなジャンルで活躍するプロが、きっと、あなたの困り事を解決してくれるはず!

## 使用済みや欠品があっても査定OK 無料出張でまとめて買い取ってもらおう

使わなくなった子ども用教材やおもちゃ、ゲームなどが自宅に眠っているなら、無料で出張買取をしてくれる「トレジャー」に相談するのがオススメ!年間50万点以上の買取実績を誇り、使用済みや欠品のある教材でも査定OK。30年以上前のゲーム機やソフト、フィギュアなど買取対象は様々で、高額査定なのも嬉しいポイント。送料無料の宅配買取もOKとのことなので問合せしてみよう。

ゲームは昔のファミコンから最新機種まで、壊れた本体や箱・説明書のない昔のソフトでも。

PROFESSIONAL
**買取 ならこの店**

ディズニー英語システムは15年前の教材でもOK!ワールドワイドキッズや七田教材、キュボロやクアドリラ、WAKUブロック、スカリーノ、ネフなどの木製玩具も買取。

**教材・絵本・玩具・ゲーム・フィギュア・エアガン買取**
**買い取り専門店 トレジャー**
**関西買取センター**
受／9時～20時
年中無休
古物許可No.大阪府公安委員会
第622010123619号
0120-977-719

▲おもちゃ用webはコチラ　▲教材用webはコチラ

**買取例**
- 仮面ライダー系変身グッズや戦隊ロボ・レゴ・フィギュアなど
- シルバニア・リカちゃん人形・プラモデル他
- 絵本・木製玩具・知育玩具・知育CD・DVDなども

**特　典**
「シティライフを見た」で
**買取額20%UP!**(8月末まで)

## レンズのみ交換できるお店 熟練工が親身対応してくれる

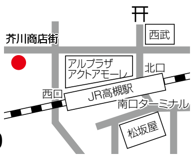
長く使って、愛着が深いメガネも、次第に度数が合わなくなってくるもの。高槻ロイドでは、通常では難しい「フレーム持ち込みレンズ交換」を行ってくれる。これなら、慣れ親しんだ愛用のメガネをいつまでも使い続けることができる。某百貨店で長年、より精密さを求められる高級メガネやレンズの扱いで腕を磨いてきた、この道一筋30年以上の店主が、現在の目の状態を踏まえて、レンズを選んでくれる。タンスに眠らせ大切に保管しているお気に入りにもう一度"光"を!

快適な視界を実現したHOYAの最新設計の遠近両用レンズ「ホヤラックスシンクロ」が大好評。薄型1組24,000円～。

PROFESSIONAL
**メガネ ならこの人**

**MENU**
安心安全のHOYA製レンズ
- 薄型非球面設計(2枚)……3,900円
- 薄型遠近両用(2枚)……9,900円
- 超薄型非球面設計(2枚)……5,900円
- レンズフレーム込(薄型遠近両用)……13,800円

**高槻ロイド**
高槻市芥川町
2-8-20
営／10時～19時
木曜定休
072-682-0149



**特　典**
「シティライフを見た」で
- フレーム&レンズセットを購入の方
**1,000円OFF**(8月末まで)

## 外壁防水塗装工事が評判 1戸建て35坪以内55万円

自社社員の施工なので、どこのお宅に対しても高い品質で施工。安心の3回塗りで、必要に応じてバイオ洗浄や高圧洗浄でカビや苔を根こそぎ排除する。外壁のトラブルは塗装して大体1～2年後にわかるのが怖いところ。同社なら地域密着で10年保証もしているので安心。それでいて、職人直請や材料直接仕入れなので35坪以内55万円(税別、足場代込)という低価格を実現している。

PROFESSIONAL
**外壁防水塗装工事 ならこの人**

代表取締役
**原元　進さん**
「ご縁のあったお客様とは一生涯のお付き合いをモットーに丁寧な仕事をお約束します」

**特　典**　「シティライフを見た」で
- 6帖洋室1室の壁**クロス張り替え無料!**
(外壁塗装された方、8月末まで)

**無金利ローン実施中**
※100万円　36回払いまで

**進和リフォーム株式会社**
〈シンワリフォームカブシキガイシャ〉
吹田市南吹田5-2-5
営/9時～20時　水曜定休
0120-46-7760
mail:info@shinwa-reform.co.jp
街の外壁塗装やさん　吹田店　で検索

**1つでも当てはまるなら、まずは屋根・外壁診断し**

- □前に塗り替えしてから8年以上経過している
- □塗り替え時期、建物の状況を知りたい
- □お値打ちに済ませる方法を提案してほしい
- □他社で見積もりしたが、妥当かどうか知りたい
- □「今すぐしたほうが良い」と言われたが本当?

ご自身の作品発表の場や作家さん同士の交流の場としても!

**今日からあなたも ボックスオーナー!**

手作りの作品やお洒落な雑貨を自分でディスプレイして販売してみませんか?
集客力の高い「ミックス」なら多くの人の目に映ります!

**かかる費用は?**
- 登録料 1,000円(1回のみ)
- ブースレンタル代(右記参照)
- 売上手数料 20%(売上が発生した場合のみ)

| 標準BOX | 小さめBOX | ハンガー3本 |
|---|---|---|
| 2,600円 | 1,800円 | 1,500円 |
| 4,000円 ●鍵付 | 3,400円 | (お洋服を売りたい方) |
| 3,800円 ●鍵付 | 2,800円 | |
| 3,200円 ●鍵付 | 2,200円 | |
| 2,000円 | 1,600円 | |
| (56cm×34cm×40cm) | (36.5cm×36cm×30cm) | |

ハンドメイド作家さん約150名が出店中!

「シティライフを見た」で、
登録料無料
さらに、初回月
BOX代金無料
(8月末まで)

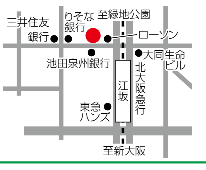
「うれたねっと」で商品の売上状況がスマートフォンかパソコンで閲覧可能(無料)

レンタルスペース**ミックス**　吹田市朝日町2-203 吹田さんくす2番館2F(JR吹田駅前徒歩1分)　営／10時～19時　水曜定休
TEL.06-6383-3084　http://mix.trickster.biz/

**ビックリするほど歌が上手くなると評判!**
**まずは30分ボーカル無料体験へ!**

詳しくはQRコードから!

**USボーカル教室 江坂駅前校**
0120-1692-88
吹田市豊津町1-25 森田ビル3F　受／10時～20時




☑持ち歌をつくりし人前で歌えるようになりたい
☑初めてで不安だけど歌ってみたい etc...

これから歌を始めたい人のための『街のボーカル教室』



おいしいスイーツ × マネーセミナー

**誰でもできる!65歳までに2000万円作る方法**

参加無料

**9/7(土)・9/21(土) 11:00～12:30**

人生100年時代と言われる中、豊かなセカンドライフへの準備はできていますか?このセミナーでは、誰でもストレスなくセカンドライフへの準備をする方法をわかりやすくお伝えします。

ファイナンシャルプランナー
**松下 美知子**

**人気店のスイーツが楽しめる!**

会場は堂島アバンザのアートフルーツファクトリー「Mint」!こだわりのフルーツスイーツと一緒にオシャレなカフェでリラックスしてセミナーを楽しもう!

※フルーツは季節によって変わります。

アートフルーツファクトリー　Mint
大阪市北区堂島1－6－20　堂島アバンザB1F
(地下鉄西梅田駅徒歩2分、JR北新地駅すぐ)

お問合せ・申込み先
**ファイナンシャルアライアンス株式会社 大阪支店**
大阪市中央区本町4-6-7 本町スクウェアビル6階
090-3966-5599(担当・米澤)

応募はコチラからもOK!

この街の未来をひらく
**北おおさか信用金庫**

北おおさか信用金庫　検索
お取引のない方もお気軽にご相談ください!

## 魅せパーツにCHANGE

# 自信をもたらす美のサロン

肌の露出が多くなる夏は、まわりからの視線が普段より気になってしまいませんか?
そこで、美のサロンに通うゲストの自信がもてるようになったパーツを調査しました。
"魅せパーツ"磨きをして、自信を持てる自分に変身し夏を楽しみましょう!

### ビューティサロン 体験読者モデル募集

フェイシャルやボディのエステ体験をしてくれる読者モデルを募集しています。

[ 応募方法 ]
下記URLかQRコードよりエントリーください。
https://goo.gl/WE7u31
※ご依頼の際は編集部より改めて連絡いたします。

---

## 40、50代必見・25万人が絶賛の本格ケアは結果が違う 一度で実感、若返り美肌に感動

夏の強い紫外線によるシミも徹底ケア。結果重視の高技術で定評の創業41年、老舗サロン「エスコス」にお任せを。乾燥肌・しわ・たるみのすべての悩みを徹底改善!基本の洗顔および3種のディープクレンジングで毛穴奥の古い角質を除去。プロの極上手技で頬も引き締まり、仕上がりはハリのある潤い美肌に。

\ このサロンに通って /
**自信が持てたパーツ調査**

1位 フェイスライン 40%
2位 肌の透明感 30%

脱二重あご・劇的リフトUPできると話題のエンダモフェイスに注目!ヒアルロン酸・コラーゲン・エラスチンの生成を促進し極上美肌に早変わり。

1

2

3

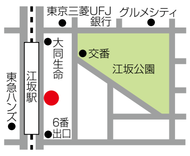
2.注目の新メニュー「エンダモフェイス」効果の即効性&キープ力に感激!ついに予約開始。 3.最新エンダモロジー:【アライアンス】全店導入!もむ・ほぐすをお客様の脂肪の状態に合わせ徹底的に刺激。美肌効果も◎!

**素肌のクリニック ESCOS**
〈エスコス〉
10時半～21時(店舗・曜日により異なる)
完全予約制 http://www.escos.co.jp
定休日:火曜

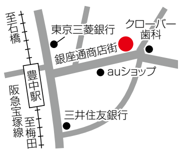
特典 「シティライフを見た」で
- 新メニュー!お悩み別フェイシャルケア ………… 45分2,160円／体験2回3,888円
- エンダモフェイス ※ヒト幹細胞パック付 60分……通常18,360円 → 体験4,536円
- たっぷりリンパマッサージ付お悩み別フェイシャルケアPLUS ……………… 80分3,780円／体験2回6,480円
- 最新機器導入!エンダモロジーボディ【アライアンス】… 30分5,400円／体験3回9,720円
- 上半身or下半身集中ダイエット ……………… 90分4,104円

※新規様限定 ※特典の併用不可(2019年8月31日まで)

江坂店 ☎06-6369-1880
御堂筋線江坂駅
⑥出口スグ 第2梓ビル6F
梅田本店 ☎06-6316-1500
HEPナビオ前のビル
大阪市北区小松原町3-3 OSビル14F




豊中店
☎06-6858-5511
阪急豊中駅南出口
徒歩1分 チェリオビル4F
他、心斎橋店・なんば店・高槻店・塚口店・西宮北口店・奈良橿原店・学園前店




---

## "あの頃の私"の顔へ 圧倒的な結果に驚き 感動レベルの満足を

加齢に伴う肉落ち、ほうれい線、目元のたるみ・くぼみ……。自力ケアで限界を感じている、何をやっても変わらない、そんな貴女に。悩み特化型光フェイシャルで細胞の働きを促し、より深く顔筋まで的確にアプローチしていくので結果が段違い。落ちた肉を"本来あるべき場所"へ戻す、自然な若返り効果が。同店で「本当にその歳?」「なんかした?」と噂になる変化を手に入れて。

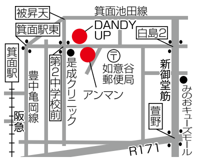
\ このサロンに通って /
**自信が持てたパーツ調査**

1位 目元・口元 65%

同店の施術は「ほうれい線がなくなった!」「目元がぱっちりした」と喜びの声多数。しかもその効果が1ヵ月は続くというから驚き!

「実年齢には到底見えない!」と紹介・リピーターが絶えない、若返りフェイシャル。

**[箕面]トータルビューティサロン**
**サロン・ド・アンマン**
箕面市如意谷1-6-4
営／10時～20時
予約制 無休 Pあり
☎072-722-2411
ダンディアップ
☎072-725-3660




特典 「シティライフを見た」で
- 悩み特化型・光フェイシャル (シミ・ニキビ跡・しわ・たるみ etc)…3,000円
- 小顔リフトアップフェイシャル (顔全体のリフティングケアで"上がる"が続く)…3,000円
- 根本改善・若返りフェイシャル (小顔リフトアップフェイシャル+光フェイシャル)…8,000円

※税別価格(8月末まで、要予約、新規の方のみ)

---

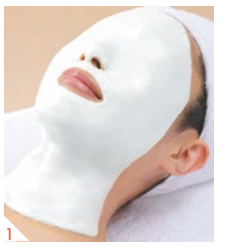
## 紫外線の肌ダメージに 60分2,160円で叶える 感動肌と贅沢なひととき

肌にとって過酷なダメージとなる夏の強い紫外線が最盛期を迎えるこの時期。11もの充実したステップでお肌本来の美しさを引き出す熟練のプロの施術を試してみて。深田恭子さんのCMでもおなじみ、良心的な価格で、濃密な贅沢時間を過ごすことができる。デコルテまでケアしてくれるのもこの時期にはうれしいポイント。

\ このサロンに通って /
**自信が持てたパーツ調査**

1位 肌のくすみ※ 90%

スタンダードコースでは肌トラブルをケアし、この時期に起こりやすい「くすみ」もスッキリ!※くすみとは古い角質により肌がくすんで見えること。

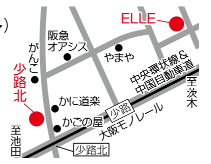

1

2

3

1.保湿効果も高く、肌本来の美しさへ。2.デコルテから顔全体を美肌マッサージ。3.ゆったりリラックスできる店内で心もリフレッシュ。

**メナードフェイシャルサロン**
**少路北店**
豊中市桜の町6-10-3 3階 Pあり
☎06-6868-9466(担当:大喜多)
**緑丘店**
豊中市緑丘1-28-8 Pあり
☎06-6854-8638(担当:中島)
営／9時~19時
不定休(時間外要相談)




特典 「シティライフを見た」で
- スタンダードコース50分(イルネージュ使用) 6,480円+パックホワイトメニュー(10分)1,080円 …通常ビジター価格7,560円→初回お試し2,160円 (8月末まで・完全予約制)

---

## 産後、加齢でしぼんだバストが あっという間にふっくら復活

しぼみバスト、下垂バストの悩みは創業37年の信頼できる同店にお任せ。体にメスや異物を入れることなく、細胞を活性化させる「ナノカレント」でしぼんだバストがふっくらするという日米特許取得済みの安心なバストアップケア。コラーゲンを増加して血流がUPするので体調まで良くなるという人も。寝ているだけでふっくらハリのあるバストが手に入り、実際に試したスタッフも太鼓判のメニューだ。

\ このサロンに通って /
**自信が持てたパーツ調査**

1位 バスト 100%

個人差はあるものの、たったの15分でハッキリとした結果が出る方も。ゲストの持つ本来の位置に戻す自然な施術メニューで人気がある。

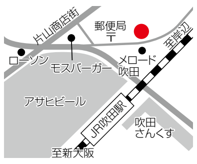
1

2

3

1.左バストのみの施術後「たった15分」でこの効果!(個人差はあり)バストトップを出さないので抵抗が少ない施術。 2.人が持つ生体電流と同じ波形の電気「ナノカレント」が細胞を活性化させるという安全な施術。まずはベストを10分ほど着用し、バストと背中のコリ固まった血流を改善。 3.次に電流が流れるグローブで理想のバストを形成。流れた脂肪を本来あるべき位置に形状記憶させ、ふっくらと美しいバストをつくる。

**医療機関提携サロン**
**ファニービー**
■吹田市片山町1-6-23 グランロゼビル2F
JR吹田駅東出口から徒歩1分
営／月曜～金曜11時～20時
土曜・祝日10時～18時
日曜定休 Pあり
☎06-6386-0013
■茨木本店
☎072-645-1107
■高槻店 ☎072-672-5520




特典 「シティライフを見た」と予約で
- 下垂バスト豊胸コース ………………… 5,000円 (初回の方のみ、8月末まで)

---


幼児～80代の方まで実績多数

## クチコミで広がり、地元で愛され5周年 安全安心・美肌効果抜群の"ハイパースキン脱毛"専門店

夏本番!薄着になって気になるのはムダ毛……。
ハイパースキン脱毛は1回の施術で脱毛効果を実感できます。
一人のスタッフが担当致しますので、お客様の肌状態もしっかり把握し、個室でゆったり施術を受けていただけます。無理な勧誘・販売などは一切ありませんので、安心してご来店ください。

\ 5周年キャンペーン /
先着5名様限定

顔&全身12回脱毛コース (VIO別) 50%OFF 300,000円
Aコース ひざ下(ひざ含む)、ひじ下、ワキ、鼻下 各12回コース 160,000円

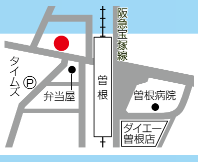
※シティライフを見たとご予約で、料金は税別価格

施術メニュー

| | | |
|---|---|---|
| ワキ | 4回 | 8,800円 |
| 鼻下 | 4回 | 8,800円 |
| Vライン | 4回 | 11,000円 |
| 顔 | 4回 | 22,000円 |
| ひじ下 | 4回 | 22,000円 |
| ひざ下 | 4回 | 26,400円 |

※4回コースは1年間回数保証
※料金は税別価格
※勧誘もなく明記料金以外一切不要

脱毛専門 BBB豊中店
[要予約] 06-6858-0817
驚きのビフォーアフターはこちらから
ホームページ
インスタ
営業時間/10:00～19:00 定休日/毎週火曜、第2・第4水曜 阪急「曽根」駅改札でて左へ30秒



# 全国1位の痩身サロンの最強メニュー「痩身モンスター」であの頃のサイズを

白で統一された清潔感のある店内。

## お客がお客を呼ぶ 口コミでも人気

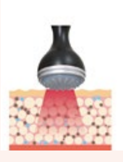
全国ダイエットコンテストで1位に輝いた同店は、「何をやっても痩せなかった私が2か月で6kg減！」「体調も良くなり痩せやすい体質に」など喜びの声も多く、お客がお客を呼ぶ、口コミでも人気の実力派サロン。とはいえ37年続くエステサロンは珍しい。店長の中西さんは「人それぞれ体質も生活習慣も違います。どのメニューが効果的か、オーダーメイドでメニューを作ったり、食生活についても提案をしています」と話す。さらに相談しやすい雰囲気づくりや定期的な社内コンテストにより常に技術の向上に全力で取り組んでいるようだ。

## 創業37年でいきついた「痩身モンスター」

サイズダウンと美肌が同時に手に入る同店史上最強のメニュー内容は納得のラインナップ。まず初めに脂肪を溶かす・脂肪を燃やす・ボディーを引き締めるの3つの施術を同時に受けられる画期的マシーンを使って脂肪に刺激を与える。同時に受けることで相乗効果が生まれ、たるみで付いたお腹と背中の線が無くなり、美しいくびれが現れる。そこで終わらないのが、37年の実績の秘訣。マシーンによる施術に続いて全国屈指の有資格者によるオールハンドの「水分回収」と呼ばれる施術を行うことで、効果的に毒素を排出する。この夏で全身若返ろう。

### 効果絶大4大施術

①【特殊超音波で溶かし出し】
特殊な超音波で脂肪細胞を振動させて体内から流し出す。



②【ラジオ波で徹底燃焼】
ラジオ波で奥深くの脂肪を振動。代謝が活発に。

③【吸引&EMS】
脂肪を吸引しながら、微弱電流で引き締めるため、リバウンドが少ない。

【マシーン後の水分吸収】
体内の毒素を全国トップレベルの技で流し出す。

ひとり一人にあった効果のあるメニューを相談しながら作っていく。

2ヵ月間で体重−6kg、ウエスト−10cmに成功！後ろ姿が一目でわかるほどすっきりした印象に。

吹田店　中西店長

全国ダイエットコンテスト受賞歴あり。確かな技術とおおらかな人柄はゲストからも高い評価を受けている。「無理なく綺麗な痩せボディーを一緒に目指しましょう」

＼ このサロンに通って ／

**自信が持てたパーツ調査**

| | |
|---|---|
| 1位 下腹部 | 70% |
| 2位 太もも | 30% |

全体的にサイズダウンが実感できるが、特に目に見えてわかる部位がランクイン。医師から忠告された人でも若々しく変身できる。

Menu
- ゲルマニウムベッド ……… 初回2,980円
- まつ毛パーマ（トリートメント付き） ……… 初回1,620円

特 典 「シティライフを見た」で
- 痩身モンスター（70分） ……… 5,000円

（初回の方のみ、8月末まで）

### 医療機関提携サロン ファニービー

http://www.funny-bee.jp/
ゲストの喜びの声はHPに掲載！

■吹田店 ☎06-6386-0013
吹田市片山町1-6-23
グランロゼビル2F
JR吹田駅東出口から徒歩1分
営／月曜〜金曜11時〜20時
　土曜・祝日10時〜18時
日曜定休 Pあり

■高槻店 ☎072-672-5520
■茨木本店 ☎072-645-1107

---

# ハリツヤある小顔へ、しわ・ほうれい線もスッキリ『造顔マッサージ®』正規継承サロン

座ってお手入れする理由は、血流を3倍も高めるから。"イタ気持ちいい〜"圧も特徴で、首や肩のコリ、目やあごの疲れもスッキリ。

年を重ねて、肌の悩みが絶えないなら、たるみ・むくみ・しわ・ほうれい線をまとめて改善する「造顔マッサージ®」を試して。これは、世界的に著名な田中宥久子先生が開発した、1回でも小顔&アンチエイジングをもたらせるお手入れ。独自の手技で皮膚表面だけでなく、ストレスや首・肩のコリなどで硬くなりがちな筋肉にまで働きかけて、たるみやむくみの原因になる血流やリンパの滞りを改善。たまっている老廃物や脂肪も押し流され、フェイスラインがぐんと若々しく！"すっぴん"に自信が蘇り、夏のお出かけがいっそう楽しくなりそう！

＼ このサロンに通って ／

**自信が持てたパーツ調査**

| | |
|---|---|
| 1位 肌のハリツヤ | 50% |
| 2位 フェイスライン | 30% |
| 3位 肌の透明感 | 20% |

田中先生から受け継ぐ数種類のハンドマッサージで老廃物の溜まりやすい目の周りや小鼻の横、頬骨付近を中心に圧をかけ、しわやほうれい線などの老け要因にアプローチ。ハリツヤ・血色もアップ、継続すれば肌質改善も。

田中宥久子 考案『造顔マッサージ®』の結果はこちらをチェック！

### 造顔マッサージ®（30分）

通常 5,400円 →
初回限定価格 3,240円（8月末まで）

「しわスッキリ、目元パッチリ、大満足の30分ぜひご体感を」
スタッフ 猪飼店長

老廃物を静脈やリンパへ流し込み、排出を促す正規継承サロン・グランモアならではの技術力で小顔&若返り。物足りないなんて言わせないひとときをぜひ体験して！

顔の筋肉は、ストレスや首・肩のコリ、噛みグセなどで硬くなり、血流やリンパが滞って、たるみやむくみの原因に。「造顔」の正規継承サロンである当店では、数種類のハンドマッサージによりイタ気持ちいい圧を加え、老廃物を静脈やリンパに流し込みます。肩や首のコリもスッキリ！羨ましがられる小顔美人を目ざして、ぜひご体験ください。

1 クレンジングでしっかり汚れを落として肌をリセット。清潔にしてからお手入れをスタート。

2 座って行うことで、血流やリンパの流れが3倍アップ！溜まった脂肪や老廃物がほうれい線の原因だとか。

3 圧を加えて、潰した脂肪や老廃物をリンパへ。「イタ気持ちいい」ほど、老廃物が溜まっている証拠。

4 皮膚表面に加え、筋肉も刺激して肌の内側から活性化。ハリのある素肌へと肌質が変わるのを実感。

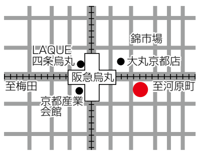
5 オリジナルの化粧品を使った十分な保湿で仕上げ。わずか30分間で、小顔美人の完成！

### Gran More
〈グランモア〉

営／11時〜20時
http://www.granmore.co.jp
グランモア で検索

梅田店
0120-068-345
大阪市北区茶屋町1-27
ABC-MART梅田ビル7F
JR「大阪」駅より徒歩6分、
阪急「梅田」駅より徒歩1分

エッセンスプラス京都店
0120-936-371
京都市下京区四条通堺町
西入立売中之町92 Aoki Bldg 6F
阪急京都線「烏丸」駅、
地下鉄烏丸線「四条」駅の
15番出口から徒歩5分




---

## 年齢による瞼のたるみにお悩みではありませんか？

# 専門サロンにご相談下さい。

年齢と共にだんだんと下がってくる瞼は疲れて見えたり怖い印象さえ与えてしまうことがあります。プルメリアサロンは目の印象ケアを専門に多くのファンを持つ6年目を迎える実力のサロンです。今月は大人気のお手入れ美しい二重を取り戻し、若々しい印象を与えてくれる瞼ケアキャンペーンを開催！

**ぱっちり美しくなる瞼ケア＋目の下のたるみケア**　60%OFFの **5,000円に！**

瞼がたるむメカニズムを知り予防しませんか？プロのサロンケア、最短で大満足の結果のサロン&ホームケア、忙しい方にはプロが指導してくれるホームケアなど一人一人の予算や生活リズムに合わせた最適なコースをご提案いたします。

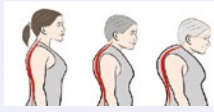
多くの女性が美しさを取り戻しています。

専用ウェブサイトから申し込むと80%OFFのフルコースチケットがゲット出来ます。このフルコースには上記の瞼ケア、目の下膨らみケアに加えフェイスライン引き締めコースもついてくるプレゼントチケット

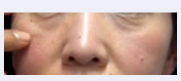
［ WEB割引 ］ 15,000円 → 2,000円
https://www.blossomofbeauty.com/quiz-page28866878

### 姿勢とたるみの関係

年齢と共に少しづつ首が短く見えたり巻き肩になったりいつの間にか姿勢が崩れてきていませんか？プルメリアではお客様の美しい姿勢美とたるみの関係のご提案もさせて頂いています。姿勢と輪郭美がグッと若く美しい印象にはかかせません。しかし多くの方が知らず知らずのうちに姿勢を崩してしまう生活習慣で日常を過ごしています。知っているのと知らないのでは大きな差が出る5つの習慣、いつまでも元気で美しく見える、そして年齢がいっても美しく動けるそんな秘密がわかる動画をご視聴いただけます。ウェブサイトからフルコースチケットと共お受け取りください。（7/25〜8/25まで）



年齢とたるみと姿勢の関係



### プルメリア

豊中市岡上の町4-1-7 パヴィヨン602　営／9時半〜18時（最終受付17時）　不定休
☎070-5340-5168（予約専用）　☎06-6849-8786
http://plumeriasalon.com

---

# ぼってり肉厚ボディを"メリハリ美ボディ"に変える実力サロン

加齢と共に蓄積した硬く冷たい脂肪が取れない、痩せたけど老けた…、繰り返すダイエット失敗……。そんな悩みを打ち消し、メリハリ美ボディに仕上げてくれるのが同店。肉質に合わせた脂肪クラッシュ溶解で、体の奥の隠れたセルライトをつぶして排出！匠の手技でボディラインを作っていく。寸胴で身体の凸凹がなくなったと諦めている方、アンマンの圧倒的な技術力に頼ってみて。

＼ このサロンに通って ／

**自信が持てたパーツ調査**

| | |
|---|---|
| 1位 腰回り・お腹 | 65% |

"攻め痩せお腹コース"で、長年なかったくびれが出現する方続出！1回で「きつくなったデニムのボタンがすんなり閉まった」という声も。

手技とマシンの合わせ技がすごい！

脂肪細胞を死滅させる「キャビテーション×ラジオ波×4種の吸引」のトリプルアプローチで即効性と持続性を両立。

### ［箕面］トータルビューティサロン サロン・ド・アンマン

箕面市如意谷1-6-4
営／10時〜20時
予約制　無休　Pあり
☎072-722-2411
ダンディアップ
☎072-725-3660

特 典 「シティライフを見た」で
- 攻め痩せお腹コース…3,000円
- 美脚小尻コース … 3,000円
- 背中美シルエットコース … 3,000円
- ダンディアップ無痛ひげ脱毛、おなか痩せ …… 各5,000円

（8月末まで、要予約、新規の方のみ）

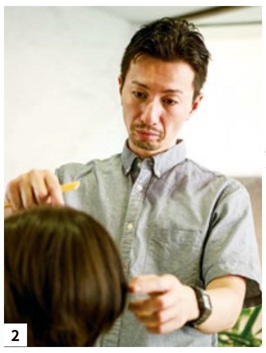
# 魅力を引き出してくれる 頼りになる Hair Salon

ヘアサロン

Reliable hair salon

---

Reliable hair salon



1:絶妙なグラデーションカットで全体を細かく調整。前、後ろ、横どこから見られても美しいシルエットに。

2:オーナーの花野さんの高い技術に惚れ込んで遠方から来られるゲストも多い。

## カットで叶う美しい髪型 自宅で簡単スタイリング

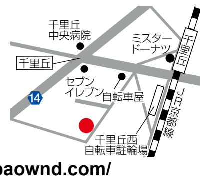
髪の毛を傷ませない特殊なカット技法で、美しい髪をキープできるのがSUCRE。全体を細かく丁寧に調整するので収まりの良い美しいシルエットになり、自宅でのスタイリングも簡単に。オーナーの高い技術に惚れ込んで遠方から来店するゲストも。理想の髪型を美しくキープしよう。

特典

「シティライフを見た」で
- カット……………………… 3,700円→3,330円
- カット+カラー……………8,200円→7,000円
- カット+パーマ……………8,200円→7,000円

その他単品全メニュー10%OFF
さらにトリートメントサービス
※長さの変動なし(新規の方、8月末まで)

**SUCRE** 〈シュクレ〉
摂津市千里丘2-10-3 1F
営／平日10時～20時
(日祝～19時)
毎週月曜、第3火曜定休
☎06-6339-6623
http://sucre-hair.amebaownd.com/




---

Reliable hair salon

1:落ち着いた店内は癒しの空間。
2:髪や肌に優しいこだわりのケア商品も充実。

## 閑静な住宅地に佇む 1日3名限定隠れ家サロン

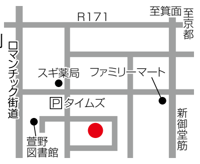
1人のスタイリストが完全予約制でやっているので、他のお客さんと出くわさずゆったり過ごせるのが魅力。クセや髪質・骨格などを見極めるカット技術に20年越しのリピーター多数。「お任せ」も期待以上の仕上がりに。白髪染めは低刺激なものなので、定期的に染める方におススメ!

特典

「シティライフを見た」で
下記は通常料金の30～40%OFF(全て税別)
- カット+トリートメント………… 5,000円～
- カラー+カット+トリートメント… 7,500円～
- ソフト縮毛矯正+カット+トリートメント ……………………11,000円～(夏季限定価格)
- パーマ+カラー+カット+トリートメント ……………………12,000円～(ストレート除く)

※メンズ可 ※全てシャンプー・ブロー付き
※～ロング料金あり
※新規1日3名限定(要予約・新規の方・8月末まで)hpネット予約時、要望欄に予約経路の明記を。「シティライフを見て」と明記で髪質再生トリートメントにグレードアップ!

**STUDIO Gemini**〈スタジオ　ジェミニ〉
箕面市船場西3-6-43-106
バリューコート壱番館1
受／10時～17時　完全予約制
月曜定休、8/19・20休み
※カード不可
駐車券提示サービスあり
※店前小型車限定1台P可
☎072-728-1778




---

Reliable hair salon

1:髪質や骨格、ライフスタイルまでも踏まえた提案力&カットテクで、「一生つきあいたいサロン」との声多数。40代以上の髪質改善にも定評がある。

2:3階建て、各フロアに1席ずつという贅沢なプライベート空間も魅力。ナチュラルな雰囲気の中、ゆったりリラックスしてキレイ磨きを。

3:アレンジやメイクなどトータルな提案で支持を得る歴10年の大北友香さん。「ゲストの新しい魅力を引き出したいですね。忙しい朝でもできる時短ヘアアレンジもおまかせください!」

## 貴女の魅力を最大限引き出す トータルビューティもお任せ

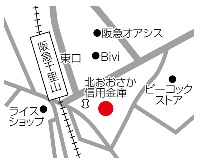
在籍するのは歴10年以上のキャリアを誇るスタイリストのみ。しかもマンツーマンで最初から仕上げまでお任せできる信頼の同サロンに、女性スタイリストの大北さんが新加入。熟練の技術に加え、外部の仕事もこなすヘアメイクや、女性ならではの視点での提案が高評価。簡単アレンジなどのアドバイスも!

特典

「シティライフを見た」で
- 似合わせカット+炭酸スパ15分… 7,290円→5,130円
- 似合わせカット+リタッチ+炭酸スパ15分 ……………………………………12,960円→11,000円
- 【大北さん限定】カット+カラー……………… 8,950円
- 【大北さん限定】カット+カラー+tokioトリートメント ……………………………………………11,980円

※ヘアアレンジorヘアメイクカウンセリング30分無料(希望者のみ)
(8月末まで・要予約・新規のみ)

**coni** 〈コニー〉
吹田市千里山東2-27-3
営／9時~19時
火曜定休
☎06-6155-4373
coni 千里山 で検索




---

Reliable hair salon

## 「ツヤツヤ」「ピカピカ」「サラサラ」 全てを手に入れる髪質改善を

繰り返しのカラーやパーマでダメージを受けた髪や乾燥(湿気)で広がる髪など、どんな髪のお悩みも解決してくれるM3D。限られたサロンでしか取り扱いできず、一度だけの施術でもツヤ髪になる改善力がすごい。「お客様が鏡を見た時の喜ぶ顔が何より嬉しいですね」とスタッフさん。デザイン力でも高い評価を受ける同店で、誰かに見せたくなるスタイルに。

1:同店でM3Dを1回施術した時のスタイル。1回だけでもここまでツヤツヤの髪になるという。

2:JOYDUCEの店内。白を基調としたお洒落な雰囲気。

3:Dianneの店内。シャンデリアが象徴的なラグジュアリーな空間。

特典 「シティライフを見た」で　(新規の方のみ、8月末まで)
- 似合わせカット(S込) 4,200円→2,900円
- ジューシーパーマ+トリートメント 10,500円→5,500円
- ツヤカラー+カット+トリートメント 11,000円→5,500円
- クリニック縮毛矯正 20,000円→10,000円
- M3D縮毛矯正 25,000円→18,000円
- M3Dパーマ 11,000円
- M3Dカラートリートメント 8,400円～→7,200円～

※パーマと縮毛矯正はすべてS・C込み、価格は全て税別

**JOY DUCE**
〈ジョイデュース〉
吹田市長野東17-5
KMマンション1F
営／9時半～18時半
月・第3火曜定休
☎06-6876-2716

**Dianne**
〈ディアンヌ〉
吹田市五月ヶ丘北14-1
営／9時半～18時半
月・第3火曜定休
☎06-6877-6963

---


いま!シティライフをご覧のみなさま!

しわ・たるみを速攻ケア! 930円から 税込 実感できます

江坂下肢静脈瘤クリニック 東京中央美容外科
院長 小野眞

人気NO.1 若返り注射 ヒアルロン酸 or ボトックス

4箇所から選べる 眉間 ほうれい線 目尻 えら

初回 各930円 1箇所あたり 税込

人気NO.2 レーザータイトニング

切らずに リフトアップ

初回 2,890円 1回 税込

東京中央美容外科の しわ・たるみ治療の 5大特長

効果を実感
気になる部分のお肌の内部に直接注入するので効果を実感いただきやすいことが特長です。

効果が長期的に持続
注入して1年ほどかけて吸収していくので、長期的な効果と自然な若返りが期待出来ます。

ダウンタイムが少ない
ダウンタイムがほぼなく、治療後すぐに洗顔やメイクも可能!次の日から普段通りの生活が出来ます!

美肌効果を発揮
特殊な光が肌深部まで届きコラーゲン生成を促進!リフトアップとともに美肌効果を発揮します!

ほとんど痛みがない
最新機器を使用するため、痛みをほとんど感じない治療が可能です!

肌に悩む多くの女性が選んだクリニック!
東京中央美容外科が お客様に約束する 3つの安心

安心1 経験豊富な先生が多数在籍しているから安心
安心2 低価格で高品質な治療をご提供、無理な勧誘もないから安心
安心3 治療後も充実のサポートが整っているから安心

TCB 江坂下肢静脈瘤クリニック 東京中央美容外科

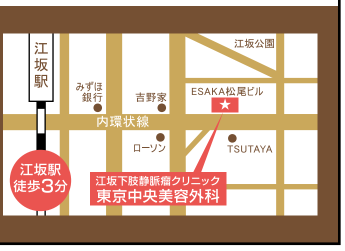
ご予約の際には「シティライフ見た」とお伝えください

0120-852-825

WEB予約 24時間受付中!

医療ローン制度あり
会員制ポイントカードあり
駐車場料金サービスあり

〒564-0063 大阪府吹田市江坂町1丁目21-17 ESAKA松尾ビル3F 【診療時間】10:00～19:00/不定休
※当院には専用駐車場がございません。お車でお越しの場合は、周辺のコインパーキングをご利用ください。
※自由診療となります。※表示されている価格は予告なく終了する場合がございます。※効果には個人差がございます。



ボーカル教室

## 初めての方でも、大丈夫
## まずは無料の30分体験レッスンへ

「歌に自信が無い…」「歌を習うのは初めて」という方にこそおすすめしたいのが、USボーカル教室の30分無料体験レッスン。いきなり入会はしにくいけれど、教室の雰囲気やどんな先生が教えてくれるのかを知ってから考えてみたいという方にピッタリ!全国で10,000人以上の方々が通う実績十分の教室なので安心感があり、発声の基礎から親切丁寧に教えてくれるので、すぐに効果を実感できるそう。その確かな指導法に、プロを目指す本格派の方々にも支持されている。上手に歌える喜びを実感したい方は、30分の無料体験レッスンから始めてみて!

(上)「上手に歌えるって快感!」「性格まで明るくなりました」という声も。

(左)プロインストラクターによるボイストレーニングで楽しみながら上達していく。

**ビックリするほど上手くなると評判**
**まずは、30分のボーカル無料体験へ!**
自分の好きな曲で練習ができる無料体験レッスンを随時開催中。お申込みは下記QRより。

**MENU**
- グループレッスン(2〜3名) 月謝:8,640円(4回)
- 個人レッスン(1名) 月謝:10,800円(2回)

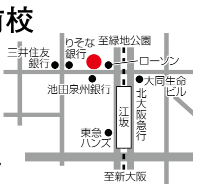
30分の無料体験を実施中。申込・詳細は右記QRより

**特　典**
「シティライフを見た」で
- 初月謝**3,000円引き**

上記コース料金より割引(8月31日まで)

### USボーカル教室 江坂駅前校
〈ユーエスボーカルキョウシツ〉
吹田市豊津町1-25
森田ビル3F
受／10時〜20時
0120-1692-88
USボーカル 江坂 で検索

▲無料体験レッスンはコチラ




スクール

## 誰もが虜になる癒し術
## 新感覚の気持ち良さを是非

いま話題のフーレセラピーは足を使って全身をほぐす、新感覚のマッサージ。手の3〜4倍の力が足の広い面から伝わるので、優しく身体の芯までほぐされて短時間で全身スッキリ!その場で脚痩せを実感できるので、夏に向けて引き締めたい方必見!かたまった筋肉を緩めて肩こりや腰痛にも効果的と、身体に嬉しい事がいっぱいのこの技術。まずはこれまでに受けた事の無い新感覚の気持ち良さを体験してみては。今までのマッサージの概念を覆す心地良さであなたもきっと「フーレ」の虜になること間違いなし。

(上)踏まれているとは思えない、優しいタッチの心地よさで眠ってしまう人も多数。

(左)ふくらはぎマイナス1〜2センチも夢じゃない!効果がすぐに感じられる驚きのマッサージをぜひ!

### フーレセラピーアカデミー
**大阪校**
大阪市北区芝田1-4-8
北阪急ビル2F
電話受付／9時〜18時
資料請求・予約・問い合わせはコチラ!
0120-3229-20
フーレ で検索

**フーレセラピー無料トライアル**
【日程】8/16(金)・17(土)・18(日)・19(月)
9/16(月祝)・17(火)・18(水)・19(木)
【時間】10時〜、13時〜、16時〜、19時〜(各2時間)
※完全予約・定員制(先着順)
※スクールはいつでも入校可


毎週火曜日 20分限りの
**タイムサービス実施中!**
- 11:00〜11:20 青果コーナー全品2割引セール
- 11:00〜11:20 魚コーナー全品2割引セール

年中無休
**まねき屋亥子谷店**
吹田市山田西1-13-1 ☎06-6875-1122

8/8(木) どなた様でも1割引! スペシャル木曜日
8/20(火) お客様感謝デー
8/30(金) お客様感謝デー
SUPER MARKET KOHYO 山田店 阪急山田駅 デュー阪急山田1F
SUPER MARKET KOHYO 山田店 吹田市山田西4丁目1-2-101 ☎06-4863-5040

**スタッフ大募集**
〈種別〉パート・アルバイト
〈作業〉事務・レジ・惣菜 など
〈時間〉7:00〜20:00
(週20時間以内)
パート・アルバイト 時給／940円〜970円
各部門 まずはお気軽にお電話ください。
**シェフカワカミ 桜塚店**
豊中市南桜塚3丁目6-27 ☎06-6846-8001

- 8/20(火) 感謝デー!!
- 8/30(金) 感謝デー!!
- 毎月15日 GG感謝デー!!

SUPER MARKET KOHYO 阪急曽根店
※メンバーさん・アルバイトさん募集中です。
水産部・レジ、その他お仕事募集中です。まずはお電話下さい。
SUPER MARKET KOHYO 阪急曽根店 ☎06-6842-5040
豊中市曽根東町3丁目1-1 ティオ阪急曽根1F

月掛金は1,000円から
家族みんなの基本の保障 コープ共済《たすけあい》
CO・OP《たすけあい》はその名のとおり、組合員同士の助け合いの気持ちが形になった共済です。生協だからこそできる、組合員のくらしにやさしい安心の保障です。
**コープ東豊中**
豊中市東豊中町4丁目3番13号 ☎06-6848-2561

**Food Net Mart**
毎日フードネットマート安い!

| | | |
|---|---|---|
| 片山町サンゼリア店 | 吹田市片山町3-32-3 | ☎06-6380-6405 |
| 蛍池店 | 豊中市蛍池中町2-4-17 | ☎06-6843-0589 |
| 桜の町店 | 豊中市桜の町3-5-8 | ☎06-6151-2224 |
| 山下店 | 川西市見野2-24-11 | ☎072-795-1552 |
| 茨木店 | 茨木市元町8-1 | ☎072-665-4567 |
| 石橋店 | 池田市豊島北2-4-6 | ☎072-761-7777 |
| 高槻店 | 高槻市大蔵司3-14-4 | ☎072-698-4130 |


### 編集後記

今回のシティライフニュースで紹介した「葬式の名人」の大野裕之さんは、取材前と取材後で印象がガラッと変わるタイプの方でした。作品やネットで拝見する風貌からソフトなイメージを抱いていたのですが、お会いすると骨太で芸術に対する厳しい目とプライドを持つ方だとわかりファンになりました。映画に対する興味もグッと上がりました。(コサオ)

取材で初めて今流行りのかき氷を食べました。毎年夏は家でペンギンかき氷機を登場させるほど好きなのですが、イマドキのかき氷は感動する美味しさでした。スイーツの進化がすごい!ホット&クールなグルメを参考に、夏を乗り切りたいです。(詳細はp32-33)。(まゆう)

あっという間に夏本番。2歳息子と5歳娘がプールラブなため、友達とみんなで近所のプールへ! いつも人気のプールが閑散としていてなぜ!?と思っていると、寒い…。息子は途中、唇を震わせてました(笑)。風邪をひかせないよう、これからは気象情報をきちんと確認します(さいと)

ピチピチの新入社員としてシティライフ編集部に入社して13年4ヵ月。7月末を持って巣立つこととなりました。私の地元でもある北摂の仕事に携われたことを幸せに思っています。支えてくださった読者・クライアント・関係者の皆様方に最大の感謝!(サヨナラなんて言わないよ!お局よしみん)

＼思い立ったら／
# 習い事をはじめよう
〈習い事・スクール特集〉

興味の幅が広がるカルチャースクール・習い事を紹介します。

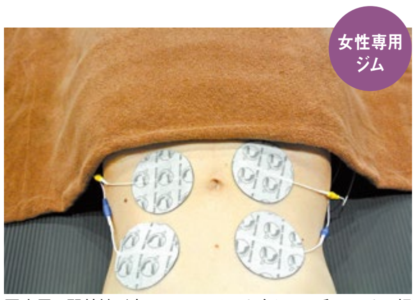
## 短期間で効率よくダイエット
## たった30分で理想の身体に

NEW OPEN

女性専用ジム

「15分で腹筋4000回相当の効果」といわれる医療用EMSが受けられる同ジム。15分座っているだけでインナーマッスルが鍛えられ、その場でウエスト−1.7㎝ダウンした人も。マシンはお腹・太もも・お尻と女性の気になる部分に特化したものが揃っており、大きな筋肉を鍛えることでダイエット効率がさらにアップ!女性専用のジムのため初心者の人も多く、スタッフが丁寧に最適なトレーニングを提案してくれるから、運動が苦手な人も安心。

自分磨きをしたい方、まずは無料体験へ!



医療用で即効性が高いEMS。マシンと合わせて受けることで相乗効果が期待できる。

(左)実際のEMSの様子。体組成計測、姿勢チェックなど目標達成に向けてスタッフが丁寧にサポート。(右)全国に16店舗展開する整骨院が取り組む新しいジム。身体の仕組みを熟知したプロが準備した身体づくりの最高環境!

**MENU**
- 入会金:5,000円
- アフタヌーン会員:10,000円(平日16時〜21時)
- レギュラー会員:12,000円(平日9時〜21時、土曜9時〜18時)
- プラチナ会員:15,000円(24時間利用、日祝OK)

※全て税別

**特　典**
「シティライフを見た」と体験後入会で
- 入会金5,000円+登録費3,000円→**無料!**

さらに、
- 8、9月の月会費→**半額**

(8月末まで)

詳しくはHPへ→

### 女性専用スポーツジム Astage
〈エーステージ〉
豊中市東豊中町5-30-28-301
営／月〜金9時〜21時
土9時〜18時
日祝定休
06-6210-6656

## 和太鼓集団「倭-YAMATO」大阪公演2019

結成26年、世界54ヶ国で3800回以上の公演回数を誇る和太鼓集団「倭-YAMATO」の大阪公演。今年1月からのヨーロッパ・オーストラリアツアーの凱旋公演です。世界メディアが大絶賛した迫力のパフォーマンスを是非体感してください。

**10月19日(土) 開演16時／開場15時半**
**メルパルクホール(大阪市淀川区宮原4丁目2-1)**

チケット 全指定・前売 大人4,500円／4歳〜高校生3,500円
※当日500円UP ※3歳以下のお子様はご入場いただけません

プレイガイド
- ◎SC TICKET https://www.sound-c.co.jp/ticket/
- ◎ローソン 0570-084-005 Lコード:52744
- ◎ぴあ 0570-02-9999 Pコード:155-616
- ◎イープラス https://eplus.jp

〈お問合せ〉サウンドクリエーター 06-6357-4400 www.sound-c.co.jp


## 伝言板

掲載お申込みの締切 毎月10日

### 教えます

■ **川上ギター教室(初心者より)**
066380·8673千里丘6イズミヤすぐ

■ **ピアノ・ボイストレーニング・**
フルート・ギター・バイオリン・サックス・トランペット・ウクレレ
体験有 0120·08·1871松本楽器

■ **お琴教えます　出張可**
☎06-6852-3395　今井

■ **自信つくまで腹式発声・歌唱指導**
出張・個人指導 石井072·623·6568

■ **出張着付け　きものぺこら舎**
http://kimono-pekorasya.com

■ **発声・歌唱指導致します　チカ**
豊中市 saengerchika@gmail.com

■ **箏・三絃教室 淀の会 長野雅子**
090-3996-9514 JR千里丘駅
http://www.yodonokai.com

■ **電動ろくろ体験2500円 陶芸教室**
出張します072·699·0135味舌工房

### 売ります・買います

■ **レコードCD出張買取致します**
☎06·4862·4684スノーレコード
http://www.snowrecords.jp

### 結　婚

■ **成婚多数!再婚可90日無料体験**
エクセルマリッジ 072·762·6050

**申込方法**
「内容・氏名・住所・TEL・FAX」を記入の上、FAXかハガキかEメールでお送り下さい。1行15文字(初行のみ14字。英数字は2文字で1字扱。)2,700円**「教えます」のみ1,620円。**新規の場合は振込確認後の掲載となります。お申込みを頂いた際に郵便局の振込先をお知らせしますのでお手続き下さい。

〒566-0001 摂津市千里丘1-13-23
シティライフ・伝言板係
FAX 06·6368·3505
Eメール dengon@citylife-new.com
問合せ／06·6338·0640

不妊治療の基礎知識

# 卵子の質を保つために 心がけたい暮らしかた

妊娠するために大切なのは卵子の質です。しかし、加齢とともに卵子も老化し、35歳を過ぎると急激に妊娠率が下がります。卵子を若返らせることはできませんが、老化のスピードは少しでも緩めておきたいものです。卵子は1日でも若いほうが妊娠の可能性は高まるので、暮らしかたの見直しと並行して、専門家にまずは相談しましょう。

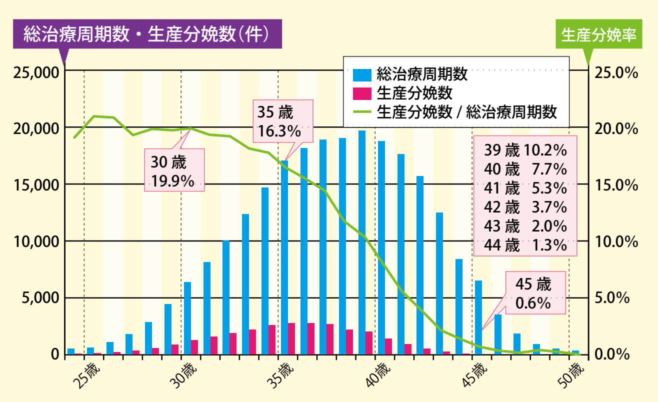
## 歳を重ねるごとに卵子の数は減少し、質も老化していく

男性の精子は精巣の中でずっと作られ続けていますが、女性の卵子は、お母さんのお腹の中にいる胎児のときに作られた「原始卵胞」を卵巣に保存している状態です。その数は妊娠4ヵ月の胎児の時をピーク(約700万個)に減り始め、出生時で約200万個、思春期には約20～30万個になり、35歳から急激に数が低下し、40代半ばには数千個という状態に。そして閉経を迎える50歳頃には0個に近づきます。併せて卵子の質も加齢とともに老化するので、左上の不妊治療における年齢と生産分娩率のグラフを見ても、35歳から急激に分娩(妊娠)率が落ちているのがわかります。

しかし、卵子の数、質ともに、個人差があり、若くて少ない人もいれば、高齢でも多く持っている人もいます。自分のおおよその卵子の数を知るには、採血で卵子の数を推定できるホルモンのAMH(抗ミュラー管ホルモン)値の測定が出来るので、気になる方はクリニックで調べておきましょう。

## 卵子の質を保つために必要なことは?

卵子の減少を止めることや、卵子を若返らすことは不可能ですが、日々の暮らしかた次第で卵子の質を保つことは可能です。栄養バランスのとれた食事を摂り、適度な運動の習慣を身につけるほかに、卵巣を冷やさないために漢方で体質改善をしたり、妊娠に必要な栄養素をサプリメントで摂取することも効果的です。専門家に相談しながら進めてみてください。




**不妊治療における年齢と生産分娩率**
(生産分娩数／総治療周期数)
出典：厚生労働省

適度な運動でおすすめなのはウォーキング。週に2回、1回30分程度でも継続することが大切です。また「肥満」も「やせ」も不妊症のリスクを高めると言われていて、理想的なBMI値は20～24。また、現代の若い女性は「やせ」の人が多く、栄養不足が指摘されているのでサプリメントで補うのもひとつの方法です。


## 最新の設備に加え、卵子の質を保つための「プレコンセプションケア」も取り入れた不妊治療

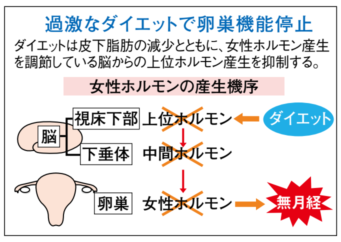
卵子の質は加齢とともに落ちていきます。卵子を若返らせることは難しいので、卵子の質を保ち、妊娠しやすい身体をつくるための生活を心がけることが大切です。それが今、注目を集めている「プレコンセプションケア(妊娠前の健康管理)」です。

当クリニックでは、不妊治療と並行して、患者様にプレコンセプションケアの指導も行っています。現在の生活習慣、体格、食事、サプリメント、運動など妊娠前に改善しておいたほうが良いことなどを一人ひとりの状態に合わせて、アドバイスをしています。

たとえば、現代の20代、30代の多くの女性はやせていて低栄養状態にあります。また過激なダイエットは卵巣機能を停止させ、無月経をきたすこともあるので注意が必要です。卵子の質を保つためには、①朝食を摂る、②ウォーキングなど適度な運動を取り入れる(過度なものはNG)③足りない栄養素をサプリメントで補うことが必要です。妊娠におすすめなのは、葉酸や鉄、ビタミンD、マルチビタミン、ミネラルサプリメントです。

当クリニックでは無精子症にはマイクロテセ、受精卵の培養にはタイムラプスの導入、反復着床不全には最新のERA検査で最適な着床時期を診断する方法に加え、子宮鏡検査も行っています。また免疫寛容の異常のある方には免疫抑制薬(タクロリムス)の投与など、ご夫婦の症状に応じて、いちばん良い選択をオーダーメイドのように選んでいただけるよう、最新の設備と医療技術を備えています。私たちと一緒にがんばってみませんか。

うめだファティリティークリニック
**山下 能毅** 院長
大阪医科大学医学部卒業(医学博士)。日本産婦人科学会認定医、生殖医療専門医。大阪医科大学産婦人科学講師を経て、うめだファテイリティークリニック副院長就任。平成29年4月に院長就任。




CLOSE UP **男性不妊外来もあり、泌尿器科の専門医が担当**

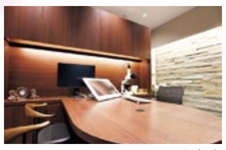
当院は、開院当初から不妊専門の3名の泌尿器科医による男性不妊外来を開設し、良好な治療結果を残しています。少しでも受診しやすい環境づくりを心がけ、男性専用フロア&待合室を設置しています。無精子症の最新治療である「マイクロテセ」も導入しています。

- 毎週 木曜日　夜診(17時半～19時半)
- 毎月 第1土曜日　17時～19時
- 毎月 第3土曜日　13時半～15時半

ジネコプロディース **妊活セミナーで講演します**
日時：2019年9月16日(月祝)13時半～16時
会場：リズミックボクシング大阪本店
大阪市北区曾根崎2-15-20

リラックスできる雰囲気を大切に

待合室


診察室

当クリニックの培養士

不妊治療専門クリニック　医療法人聖誕会
## うめだファティリティークリニック(旧宮崎レディースクリニック)

大阪市北区豊崎3-17-6
診療時間／9時～12時、13時～15時半、17時半～19時半
(※火曜午後14時～、木曜午後13時半～)
休診日：日曜、祝日、土曜の夜診
地下鉄中津駅下車 3番出口より徒歩約1分
阪急梅田駅茶屋町口下車 徒歩約5分
☎06-6371-0363
http://umeda-fc.org
※当クリニックは、特定不妊治療助成事業の「指定医療機関」です。

## 相性の良い漢方で「妊娠力」を高める 一人ひとりに寄り添った親身な治療

漢方の不妊へのアプローチは、女性ホルモンのバランスを整えたり卵の質を良くするなど、女性に本来備わる“妊娠力”を高めていく。「何よりもまず体の準備を整えることが大事です。本来備わっている力を取り戻すお手伝いをさせていただきます。」と西口先生。身体への負担もなく、西洋医学との併用も可能。西口先生自身、漢方に助けられた経験から「他の苦しんでいる人にも漢方を知ってほしい」と、この道へ。患者目線にたった親身な対応が評判。諦めかけていた人が授かった例も多数あり。

この写真の雰囲気の通り、やさしく相談しやすい人柄。国際中医専門員の資格を持ち、これまでの経験や豊富な知識から的確に体質改善へ導いてくれる。不妊症、アトピー、自律神経失調症など不調を感じたら相談してみて。

喜びの声

- 3年半不妊で、多嚢胞性卵巣症候群と診断され、体外受精も3回失敗、すがる思いで相談に行きました。月経不順、月経前の胸の張り、など体調も万全ではなかったので身体作りから始めました。漢方薬を服用して6ヵ月後までには体の体調が改善、月経周期はなかなか整わなかったですが、8ヵ月後に見事自然妊娠しました！本当に良かったです。　(30代女性)
- 2人目不妊の状態が3年間続き、人工授精を勧められましたが、抵抗があり、友人に勧められて相談へ。月経痛、月経前痛、冷え性などの症状がありました。漢方薬を飲んで2ヵ月後には、月経痛がましになり3ヵ月後には、冷えが改善し、低温期と高温期の差が0.5℃に。4ヵ月後に妊娠し安定期に入りました。先生にはほんと感謝です。　(30代女性)

## 春風漢方薬局

豊中市寺内2-2-22
シャトーエデン109
営／月～金 9時～19時半、
土 9時～18時
日曜・祝日定休
「予約制につき、電話でご予約を」
☎06-6151-2491
春風漢方薬局 で検索

薬剤師・国際中医師の資格を持つ井上先生夫妻。相談は予約制のため落ち着いて相談できる。

## 「一人で悩まなくて大丈夫」何でも相談できる子宝のかけこみ寺

煎じ薬、粉薬の調合も行う北摂でも数少ない漢方専門薬局。子宝相談は評判で同店の得意分野。親身で話しやすく、病院での治療やご主人さんのこと、職場の悩みなど相談される方も多い。40代の妊娠も多く、他県からも相談に訪れるそう。細かく時期や体調を見ながら、“今”必要な漢方で体を整えていく。精子数、運動率の改善実績も豊富で、自然での妊娠を希望されている方にも心強い。

数多くの妊娠実績あり。喜びの声など、詳しくはHPで。

統合医療生殖学会学術理事の貴文先生。不妊治療の勉強会では講師を務める。

喜びの声

- 40代で結婚。治療や体のことなど全く知識がありませんでしたが、井上先生に一から教わり、質問するとどんなことでも答えてくれました。流産も経験しましたが44歳で体外受精で妊娠し心拍も確認。ここにきて本当によかったです。(大阪市・44歳女性)
- 結婚後なかなか授からないためクリニックを受診したところAMHが0.2。愕然としましたが何とか妊娠したくて柚花さんへ。体に合った漢方を飲むと、なんと3か月で自然妊娠。最初、井上先生に「卵の質をよくすれば大丈夫」と言われたことがとても心強かったです。(吹田市・33歳女性)

## 漢方薬局 柚花香房

吹田市山田西3丁目57-20 ピアパレス王子101
営／平日9時～19時、水曜9時～13時、
土曜9時～17時
日・祝定休　P2台あり
※夏季休業8/11～15
☎06-6816-9677
漢方相談は電話でご予約を
http://wu-xiang-dou.co.jp
柚花香房 で検索

# 朝8時～夜19時まで診療 お仕事と治療の両立が可能 経験豊かな女性医師が就任 最新設備と確かな医療技術

なかむらレディースクリニック
**中村 嘉宏** 院長

大阪市立大学医学部卒業。生殖医療専門医、日本内視鏡外科認定技術認定医、臨床遺伝専門医。生殖補助医療胚培養士。

当クリニックは様々な不妊治療のニーズに応えるために、熟練した培養士をはじめ、医師も生殖医療、腹腔鏡手術のスペシャリストを揃えています。新たに就任された藤森医師は、阪大病院等で不妊治療はもちろん、産科・婦人科医として周産期外来や子宮筋腫などの腹腔鏡手術の経験も豊富です。なにより女性医師として、患者様に寄り添った様々な相談にものっていただけると思います。

昨今は働く女性が多いため、当クリニックでは、仕事前や仕事終わりに通っていただけるよう、朝は8時から夜は19時まで診療を行っています。また、体に負担の少ない自然周期での体外受精も行っているため、採卵の最適なタイミングを逃さないよう日曜祝日も休みなく診療しています。

お仕事と治療の両立を可能にするため、医師、胚培養士、スタッフともに全力で患者様のサポートに当たります。受診を迷っている方はまずは相談から。ぜひ一歩、踏み出してください。

経験豊富な胚培養士が、タイムラプス等の最新設備と高いスキルで良好胚を選別。

スタッフは頼りになるスペシャリスト揃い!

CLOSE UP

\ 新しい先生が加わりました! /

なかむらレディースクリニック
**藤森 由香** 医師

金沢大学医学部医学科卒業、産婦人科専門医、母体保護法指定医、日本生殖医学会会員。「なんでも気軽にご相談ください。いっしょにがんばりましょう」。

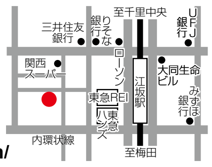
## 藤森医師から見た、なかむらレディースクリニックの魅力とは?

「仕事と不妊治療の両立が難しいため仕事を辞めたという話も聞きます。当院は毎日開院しており、多様な生活スタイルに合わせて受診しやすい体制をとっています。患者さんに寄り添う姿勢がクリニックの魅力です。不妊治療はハードルが高いと感じる方も多いようですが、受診を迷っている間に時間は過ぎていきます。女性の年齢が高くなると妊娠率が低下します。妊娠中の合併症も増加します。お子さんを2人以上考えている場合は、第1子出産後に妊娠しにくくなる可能性も考えなくてはいけません。『受診しようかな』と思った時が受診のタイミングです。思わぬ不妊原因が見つかるなど、自分達では解決できない問題が見つかることもあります」。

## なかむらレディースクリニック

吹田市豊津町13-45 第三暁ビル
診療時間／月～金：8時～11時、16時～19時
※木曜は8時～11時のみ
土日祝：8時～11時

06-6378-7333
https://www.towako-nakamura.com/




### 体外受精セミナー

毎月第2土曜日
定員40名(要予約)
残席わずか。お早めにご予約ください。
場所:なかむらレディースクリニック待合室
詳しくはHPか電話でお問い合せください。

# 卵のグレードは質が大切。大切な卵のこと、私たちにお任せください

夫婦と医療チームの「心の距離の近さ」を大切にする同クリニック。
今回は大切な「卵」について胚培養士の小林さんにお話を伺いました。

日本卵子学会認定生殖補助医療胚培養士
**小林 正知** さん

妊娠・分娩に至るために大切な卵には形を評価したグレードとは別に「卵の質」があることをご存知ですか?グレードが高くても卵の質が悪ければ妊娠・分娩には至りません。質の悪い卵とは一般的に染色体異常を持った卵のことを指します。グレードが高い卵は染色体異常率が低く妊娠・分娩につながりやすいと言われていますが、グレードが低い卵でも質が良ければ妊娠・分娩に至る可能性はあります。当院では移植する卵のグレードに一定の基準を設けています。この基準を満たした卵であれば一定の妊娠率が見込めますので、グレードが低いからといって不安に思う必要はありません。もしご自分の卵について気になることがあればいつでも私たち胚培養士にご相談ください。

● 妊娠・分娩にいたった胚

高グレード　低グレード

\ 私たち女性医師が診察いたします /

園田桃代ARTクリニック
**園田 桃代** 院長

園田桃代ARTクリニック
**小柳 良子** 先生

不妊症は原因をしっかり調べていくことが治療の第一歩です。当クリニックでは、タイミング療法やFT、ARTなど幅広い診療の中から患者様に適した治療をご提案しております。不妊治療の経験豊富なスタッフがチームで連携する体制を整えていますので、一歩踏み出していただければ私達が全力でサポートします。

ナース面談や胚培養士外来、セミナーなど悩みを解消できる場も多数設けております。

### 『妊活』への第一歩 クリニック見学ツアー

無料

8/3(土) 14:30～ [ 予約制 ]

施設内をスタッフがご案内します！
「婦人科と不妊治療専門クリニックってどう違うの?」
「受診前にクリニックの雰囲気を知っておきたい」
など、どんな理由でもお気軽に参加ください。

### 体外受精セミナー ～知っておきたい体外受精のあれこれ～

8/17(土)・9/7(土) 13時半開場 13時45分～15時
千里朝日阪急ビル14F 会議室　※毎月開催　参加費無料

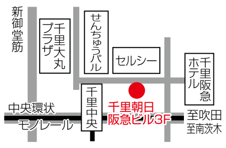
[対 象] これから体外受精を考えている方
(ご夫婦での参加も出来ます。お子様連れの参加はご遠慮下さい。)
[内 容] 卵巣刺激、採卵、体外受精、顕微授精、胚凍結、移植、妊娠率など。
スケジュールについて、助成金制度について
[予 約] 要予約。お電話(06-6155-1511)でのご予約、またはWEB予約をご利用ください。

## 園田桃代ARTクリニック

豊中市新千里東町1-5-3
千里朝日阪急ビル3F
診療時間／10時～13時、15時～18時
火・木・土曜日は午前のみ、日祝休診

06-6155-1511
http://www.sonoda-art.com

LINE@始めました




# コープこうべだより

暮らし上手な皆さんにはおなじみのコープこうべ。上質で新鮮な商品はどのように提供されているのか。
さまざまな工夫を凝らして働くコープこうべのスタッフさんに焦点を当てて紹介します。

## コープミニ城山

豊中市城山町2-5-12
06-6864-6711
営／9時～22時　無休(1/1～3を除く)

マネージャー
食品担当
**前田 貴乃さん**

### 忙しい毎日にサクッと使える便利な食材

日頃から店舗のメンバーと手早く作れる献立について情報交換しています。最近教えてもらったのが、おからを使った「なんちゃってポテトサラダ」。おからをごま油で軽く炒めて白だしで味付けするのがポイント。あとはキュウリやハムなどの具材を投入し、マヨネーズで和えます。

前田さんオススメ なんちゃってポテトサラダの材料

**生おから**
(120g×2袋入/131円)
にがり以外の添加物不使用のヘルシーな国産丸大豆のおから。しっとりなめらかで煮物以外のアレンジが新鮮。

**白あえベース**
(180g/213円)
豆腐・椎茸・こんにゃく・人参入り。ほうれん草やちくわなどお好みの具材を加えるだけで簡単に一品出来上がり。

暑い夏におすすめの ひんやりシリーズ

**国産果汁100%の氷菓用キャンデー**
(45ml×8本/278円)
ぶどう4本、りんご2本、みかん2本の3種類が楽しめる。国産果汁を使っているのでママも安心。

**うれしいフルーツゼリーシリーズ**
(全7種類/各122円)
果実どっさりがうれしい、7種類もの充実したラインナップ。冷蔵庫に入っているとうれしいゼリー。

### 大阪府内の店舗一覧

シティライフも設置中!!

〈豊 中〉
- コープ東豊中　豊中市東豊中町4-3-13
- コープ蛍池　豊中市蛍池中町3-2-1
- コープ桜塚　豊中市南桜塚2-1-10
- コープミニ桜の町　豊中市桜の町2-1-6
- コープミニ泉丘　豊中市東泉丘2-14-20
- コープミニ城山　豊中市城山町2-5-12
- コープミニ西緑丘　豊中市西緑丘1-1-38

〈箕面市〉
- コープ箕面　箕面市桜ヶ丘5-6-6
- コープ箕面中央　箕面市坊島1-1-15
- コープミニルミナス箕面　箕面市如意谷4-6-19

〈池田市〉
- コープミニ伏尾台　池田市伏尾台3-4-1
- コープミニ井口堂　池田市井口堂2-7-18
- コープミニ上池田　池田市上池田2-4-6-101

〈吹田市〉
- コープ吹田　吹田市五月が丘西1-1
- コープミニ山田　吹田市山田東4-17-12-101

〈茨木市〉
- コープ茨木藤の里　茨木市藤の里1-10-2
- コープ茨木白川　茨木市白川2-2-10

〈高槻市〉
- コープミニ氷室　高槻市氷室町4-2-5

〈豊能町〉
- コープ新光風台　豊能郡豊能町新光風台2-18-5

〈島本町〉
- コープ島本　三島郡島本町青葉1-2-10

**コープこうべ くらしの情報センター**
0120-44-3100(無料・年中無休)
火～金：8時半～19時半　土～月：8時半～18時
※12/31～1/3は8時半～18時


TAKE FREE
LIFE PLUS
Homebuilding Magazine by CityLife

vol.39 8/15号

巻頭特集 「居心地のよい場所」

and more…
■誌上リフォーム
■つちかわれる、モノ、暮らし
「No.42」(宮崎椅子製作所)
■The Study
「窓を機能的に美しく」
■住まいづくりに役立つヒント
「家を守るための経済的な備え
地震保険について知ろう」

「家を建てたい」「リフォームしたい」方に役立つ住まいづくり情報が満載！

「LIFE PLUS(ライフプラス)」はスーパー、ショッピングセンターなどのシティライフ設置店約500店舗で手に入ります。

↑LIFE PLUS設置店マップはこちら

LIFE PLUSを毎号、ご自宅へ定期発送いたします!
ご希望の方は右記からお申し込みください。
※定期発送は1年ごとの更新となります。

～人生をよりよくするための活動～

# "終活"のススメ 『カード式納骨堂（永代供養）』

自分の望むお墓で眠りたい、でもお墓を継ぐ人たちに迷惑をかけたくない…。少子化に伴い昨今のお墓事情は大きく変化している。その中で注目を集めている「カード式納骨堂」について、常光円満寺の藤田副住職にお話を伺いました。

## 従来の悩みを解決する「カード式納骨堂」

JR・阪急吹田駅から徒歩5分の場所にある常光円満寺の舎利殿には、従来の仏壇型やロッカー型のほかに、最新型のカード式納骨堂がある。お墓参りといえば「遠方で行き辛い」「管理が大変」など参拝する側の負担が大きい。しかしカード式納骨堂はそれらの悩みを解消。交通至便で冷暖房完備、エレベーター完備のバリアフリーなので、快適にお参りすることができる。「お墓の掃除や草抜きも必要ないので、手ぶらで気軽にお参りいただけます。お子さんの負担にならないようにとカード式納骨堂を選ばれる方が増えています」と藤田副住職。

## 常光円満寺が責任を持って永代供養

さらに安心なのが永代供養してもらえること。「時が経ち、墓守りされる方がいなくなった際には、本堂前にある供養塔（吹田市文化財の宝篋印塔）か舎利殿のご本尊である釈迦涅槃像の下に納骨いただけます。とくに後者はお参りに来られた方は、まずご本尊さまをお参りされてから各階に上がって行かれるので、その皆様方がお参りくださるありがたい場所でもあります」と藤田副住職。足利将軍の菩提寺として1300年の歴史を誇る常光円満寺こその安心感もある。宗旨・宗派を問わず、檀家や門徒になる必要もない開かれたお寺なので、興味のある方は一度見学を。

この方に伺いました

常光円満寺
副住職　藤田 晃秀さん
「元気なうちにご自身で選ばれる方が多いですね。屋内なので雨の心配も無くお参りしていただけます」。

## 常光円満寺 永代納骨堂「舎利殿」

### 最新カード式納骨堂

参拝ブースでカードをかざすと、遺骨収納厨子が運ばれて、扉が開くと御家のお墓になる。モニター画面で戒名や写真、映像を見ることができるため、故人の思い出を語りながら、ゆったりとお参りできる。

1.舎利殿外観（4階建て）　2.厨子の正面は御影石で家紋を入れることができる
3.一般的な五寸壺で2つ収納小さくすれば何霊でも納骨可能　4.常光円満寺 本堂

### パワースポット 幸福の釈迦涅槃像

幸せを授かろうと一緒に撮影をする人が多く訪れる涅槃像。折り紙で鶴を折って奉納すればよりご利益が。

### ～常光円満寺が選ばれる理由～

※「常光円満寺　舎利殿」の場合

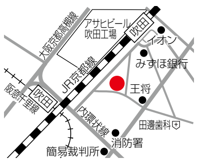
◎吹田駅すぐ　◎駐車場完備　◎バリアフリー
◎お掃除不要　◎すべて永代供養付き

**カード式納骨堂　72万円～**

**毎日見学会開催中**（9時～17時）

【イベント情報】
8月18日（日）11時～お施餓鬼（せがき）大法要
（詳しくはお問い合わせ下さい）


■取材協力
足利将軍の菩提寺
高野山真言宗
常光円満寺
吹田市元町28-13（JR・阪急吹田駅より徒歩5分）　無料駐車場25台
☎06-6381-0182　https://enmanji.com





## シネマ情報

CityLifeシネマ担当（デコジュン&nanako）が選んだおすすめ作品と、近隣劇場の上映スケジュールをお届け。

### よこがお　推薦者：デコジュン

7/26（金）公開　テアトル梅田　他にて公開　PG12

©2019 YOKOGAO FILM PARTNERS & COMME DES CINEMAS

脚本・監督：深田晃司
出演：筒井真理子、市川実日子、池松壮亮
須藤蓮、小川未祐、吹越満

周囲から厚く信頼される訪問看護師の市子は、ある事件への関与を疑われ、ねじ曲げられた真実と予期せぬ裏切りにより、築き上げた生活のすべてを失う。"リサ"と名乗った市子が誓った復讐とは？運命を受け入れ、再び歩み続けるまでの絶望と希望を描くヒューマンサスペンス。

### ドラゴンクエスト　ユア・ストーリー　推薦者：nanako

8月2日（金）TOHOシネマズ梅田ほか全国東宝系にてロードショー

©2019「DRAGON QUEST YOUR STORY」製作委員会
©1992 ARMOR PROJECT/BIRD STUDIO/
SPIKE CHUNSOFT/SQUARE ENIX All Rights Reserved.

原作・監修：堀井雄二　音楽：すぎやまこういち
総監督・脚本：山崎貴　監督：八木竜一・花房真
出演：佐藤健

日本一有名なRPG（ロールプレイングゲーム）の3DCGアニメーション映画化。シリーズの中でも愛され、壮大なスケールの「V 天空の花嫁」を2時間弱に凝縮した。オールドファンは、その中に懐かしい情景や冒険を思い浮かべるかも。夏休み、親、子、孫の3世代の新たな会話が始まりそう。

※PG12・・・小学生には助言・指導が必要となっております。　※R15+・・・15歳以上の方がご覧になれます。　※R18+・・・18歳以上の方がご覧になれます。

### 109シネマズ箕面

http://www.109cinemas.net/minoh
［ 箕面市坊島4-1-24　みのおキューズモール内　音声案内 ☎0570-001-109 ］

＜今後の上映＞
- ●ドラゴンクエスト ユア・ストーリー（8/2～）
- ●ワイルド・スピード/スーパーコンボ（8/2～）
- ●劇場版ONE PIECE STAMPEDE（8/9～）
- ●ライオン・キング（8/9～）
- ●ダンスウィズミー（8/16～）
- ●ロケットマン（8/23～）
- ●おっさんずラブ ～LOVE or DEAD～（8/23～）
- ●シネマ歌舞伎 グランドシネマ「日本橋」（8/23～）
- ●引っ越し大名！（8/30～）

＜今月のオススメ＞

劇場版
ONE PIECE STAMPEDE
©尾田栄一郎／
２０１９「ワンピース」製作委員会

引っ越し大名！
©2019映画「引っ越し大名！」製作委員会

109シネマズ箕面
平日鑑賞券をプレゼント
ペア5組

■応募方法
●はがきの場合：〒、住所、氏名、年齢、職業、性別、電話番号を記入し、
〒566-0001　大阪府摂津市千里丘1-13-23
CityLifeシネマ『109シネマズ箕面鑑賞招待券プレゼント係』まで
●WEBからの場合：http://present.citylife-new.com/
●締切：8月20日（はがきは必着）　※個人情報は弊社にて厳重に管理し、鑑賞券発送以外には使用いたしません。※当選結果は発送をもって代えさせて頂きます。

## 箕面公園いいね！プロジェクト　〈イベント案内〉

### 夏の夜、楽しいひとときを！ 親子こんちゅう観察会 「箕面公園むしむし大作戦2019」

白い大きな布に光で昆虫をあつめてみんなで観察するよ！
昆虫紙芝居や昆虫館・中峰館長による虫の解説（かいせつ）も。
日時▶8月4日（日）　18:00～20:45　雨天中止
会場▶瀧安寺前広場
参加無料・申し込み不要（時間内自由入場）

### 第25回「箕面の森の音楽会」

日時▶8月24日（土）　17:00～20:00
雨天中止
会場▶瀧安寺前広場
観覧無料
出演▶

チェレステ・F・メルクルズ
（アカペラ）

西垣ドラミ
（JAZZ、POPS）

Bemankan
（西アフリカ伝統音楽）

イマニシユカ
（うた、シンガーソングライター）

共催▶箕面の森の音楽会実行委員会/箕面公園管理事務所

### サマーフェスタ箕面公園2019 箕面公園 夜間ライトアップ　開催中！

期間▶7月13日（土）～9月1日（日）　日没～22時
※気象警報発令時は中止

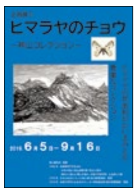
詳細は、箕面公園ホームページ
http://www.mino-park.jp/
または箕面公園管理事務所　☎072-721-3014

### 昆虫館

#### 好評開催中！昆虫館の企画展（8/31まで無休）

①「くらべてみ展」
同じ種でもよーくくらべて見てみるとおもしろくて、新しい発見がたくさん！

②「ヒマラヤのチョウ　－神山コレクション－ 」
ヒマラヤの昆虫相がかいまみえる、貴重なコレクション
①②ともに
会期▶2019年6月5日（水）～9月16日（月・祝）
場所▶昆虫館内企画展示コーナー（標本展示）




③生体企画展「カブ・クワ展」
日本と世界のカブトムシ・クワガタたちが大集合
会期▶2019年7月13日（土）～9月1日（日）
場所▶昆虫館内生体展示コーナー
（※触ることはできません）

## 楽しいイベントがいっぱい 思い出に残る夏休みにしよう

EXPOCITYでは夏休みならではのイベントがもりだくさん！**自由研究に役立つコンテンツやエンタメ施設での特別イベント**のほか、世界中で愛されているミッキーマウスのスクリーンデビュー90周年を記念した**「Magic of Color」**も実施され、子どもから大人まで楽しめるワクワク体験が目白押し！ららぽーとEXPOCITYでのショッピングやグルメも堪能して、1日中たっぷり楽しく過ごそう！

## EXPOCITYでやってみよう 夏休みの自由研究

キッズクラブ

**場所** ららぽーとEXPOCITY 3F EXPOCITY Lab　**参加費** 一般500円、キッズクラブ会員200円

※10:30よりEXPOCITY Labにて各回の整理券を配布いたします。 ※整理券はなくなり次第、終了となります。
※配布時にお子様のお名前と年齢を確認させていただきます。

### 8/1(木) スマホで簡単動画づくり YouTuber(ユーチューバー)になろう！

YouTube(ユーチューブ)を教材としての映像制作とインターネットの教室。教室を通じて、オリジナル動画を制作し、映像コンテンツ投稿する方法を学びます。

**時間** ①11:00～ ②13:00～ ③14:30～ ④16:00～ 各回約60分
**定員** 各回15名様　**対象** 小学生　**持ち物** スマートフォンまたはタブレット

※必ず保護者同伴でご参加ください。※スマートフォンまたはタブレットお持ちでない方は受付時にご相談ください。

### 8/4(日) 災害時に生き抜く力を身につけよう！ 72時間サバイバル講座

「サバイバルスキル」の習得はもちろん、子どもたちにどんな状況でも自分で考え判断し行動する「サバイバルマインド」を習得していただきます。体験学習を通じて、自ら考えて行動できる真の強い人を目指します。

**時間** ①11:00～ ②13:30～ ③15:30～ 各回約60～90分　**対象** 小学生
**定員** 各回20名様　※必ず保護者同伴でご参加ください。

### 8/9(金) ネイチャーおおさか チリメン・モンスターを探そう！

チリメンジャコに混じった「チリメン・モンスター」を探そう！海に住む多種多様な生き物の「チリモン」を通じて、海のすばらしさを学ぶことができる授業です。

参加者には抽選でチリモン缶バッチプレゼント！各回3名様

**時間** ①11:00～ ②13:30～ ③15:00～ 各回約50分
**定員** 各回30名様　**対象** 3歳以上～小学生

### 8/14(水) 大阪府立弥生文化博物館 弥生時代を学ぼう！

遥か昔、人々は知恵や工夫を凝らし生活していた。弥生時代の暮らしを体験して、楽しく学ぼう！「銅鐸風鈴」も作れます！

参加者には弥生文化博物館入館チケットプレゼント！

**時間** ①11:00～ ②13:30～ ③15:00～ 各回約60分
**定員** 各回30名様　**対象** 3歳以上～小学生

### 8/3(土)▶23(金) ウォーターパーク EXPO 2019

水の上をプカプカ浮かぶ「パドルボート」や水上をぐるぐる回って遊べる「アクアチューブ」。また夏の定番「縁日」では涼しい夏のすくいアイテムや豪華商品が並ぶ射的が登場します。

**時間** 10:00～18:00　**場所** EXPOCITY 空の広場 周辺　**対象** 2歳以上推奨
**参加費** ①「パドルボード」1回500円
②「アクアチューブ」1名様 500円、2名様 800円、3名様 1,000円
③「縁日」射的 5発 400円、15発 1,000円 その他各種 1回 400円

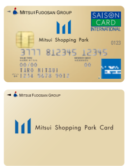
### 7/20(土)▶8/25(日)
### ついに登場、万博夏の納涼イベント！「万博夏あそび」開催！

夏の定番から今流行りの有名フード店などが多数出店。
遊べて、食べれて、最高の夏を万博記念公園でお楽しみください。

※万博記念公園は、毎週水曜 閉園日(8/14(水)は開園)、
雨天・荒天時は中止となります。

万博夏あそびの詳しい情報はウェブをチェック！

### 三井ショッピングパークカードをご提示で 万博記念公園の入園料がおトク！




「万博夏あそび」の期間中、万博記念公園入園時に三井ショッピングパークカードをご提示いただくと1枚につき2名様まで
通常高校生以上250円が高校生以上180円
通常小中学生70円が小学生中学生50円
※ニフレルチケット・ニフレルパスご提示特典との併用はできません。

### ＼ ニフレルと万博記念公園との特典も！ ／

NIFREL
Pygmy Hippo

期間中の万博記念公園入園券とニフレル入館券を合わせてニフレルインフォメーションにご提示でミニカバ親子のオリジナルボールペンプレゼント！

万博記念公園 Expo'70 Commemorative Park

期間中のニフレルチケット、ニフレルパス ［通年型・平日限定型］をご提示いただくと入園料がおトクに！

通常高校生以上250円が高校生以上180円
通常小中学生70円が小学生中学生50円
＋ 万博水あそびエリアの料金を100円OFF
※三井ショッピングパークカードご提示特典との併用はできません。

万博記念公園の入園券ご提示で期間中に 受けられるEXPOCITYのご優待も！！ くわしい特典内容はコチラから！

©Disney

### 8/15(木)・16(金)
### ディズニー/ピクサー最新作 「トイ・ストーリー4」大ヒット記念 フォーキーを探せ！ アドベンチャー迷路

大変！ウッディやバズたちの新たな持ち主ボニーの一番のお気に入りで、手作りおもちゃのフォーキーが、自分はゴミだと思って逃げ出してしまった！ウッディ、バズやおもちゃの仲間たちと一緒にフォーキーを探そう！

©2019 Disney/Pixar

**時間** 10:00～17:00
**場所** ららぽーとEXPOCITY 1F 光の広場
**参加費** 無料　**対象** 3歳以上～小学生

※必ず保護者同伴でご参加ください。
立会いいただけない場合は参加をお断りさせていただきます。

**ウッディ、バズ、フォーキーのいるところに書いてある文字・数字でキーワードを見つけるとオリジナルグッズをプレゼント！**
**ディズニー/ピクサー最新作「トイ・ストーリー4」は109シネマズ大阪エキスポシティ他大ヒット公開中！**

### 8/23(金)
### この夏、あなたもジェダイ騎士(ナイト)になってみませんか？ 「スター・ウォーズ」ジェダイ・アカデミー

本年12月20日(金)に日本公開される『スター・ウォーズ／スカイウォーカーの夜明け』の公開を記念して、ジェダイ・マスターからジェダイの象徴であるライトセーバーを使ってジェダイ騎士となるための訓練を行う参加型イベント「スター・ウォーズ」ジェダイ・アカデミーを開催します。

※開催時間、応募の詳細などは、内容が決まり次第お知らせします。施設へのお問い合わせはご遠慮ください。※応募の際は、各サイトの注意事項をご確認の上、ご応募ください。

© & TM Lucasfilm Ltd.

**募集情報** ジェダイ・アカデミー公式サイト
https://strarwars.disney.co.jp/jedi-academy.html
**場所** ららぽーとEXPOCITY 1F 光の広場
**参加資格** 5歳以上12歳以下(小学6年生まで)

※必ず保護者同伴でご参加ください。※保護者の方、大人の参加はできませんので、ご了承願います。

**参加者には、特製認定証を全員にプレゼント！**

Redhorse OSAKA WHEEL

7/20(土)▶9/23(月・祝)

## なにわ男子、Redhorse OSAKA WHEELのアンバサダーに就任！

観覧車がなにわ男子仕様に変わり、乗車時間の約18分間で挑むチャレンジイベントや、なにわ男子缶バッジ付きドリンク販売等を実施します。イベント特設WEBサイトでは、なにわ男子たちが観覧車で挑戦したチャレンジ動画も公開予定です。

なにわ男子 Lucky! SUMMER! in Redhorse OSAKA WHEEL

MARUMIE PLAZA マルミエプラザ

8/31(土) まで

## 「7.7×3.3m」の巨大鉄道ジオラマ登場！

家にある自分の電車を持ってきて巨大ジオラマの世界で走らせることができます。迫力ある鉄道の世界を家族みんなでこの夏体験してみませんか。その他、カブトムシやクワガタが登場する「ミラクル昆虫王国」や、ティラノサウルスが暴れだす「大恐竜時代へGO！」など映像作品も盛りだくさんでお待ちしております。
※自宅にあるプラレール持ち込み自由（ジオラマの中で走らせることができます）

**時間** 10:00〜18:00(最終入館16:00)※土日祝は最終入館16:30
**場所** マルミエプラザ館内 2F
**料金** 通常入館料のみ ※入館料で全て体験することできます。
大人(中学生以上)1,200円／小人(小学生)1,200円／幼児600円／3歳以下無料

## EXPOCITY 夏なっ仕立て ひやうま MENU

7/1(月)〜8/31(土)まで

あつ〜い夏を美味しく、涼しく乗り切ろう！

9月中旬まで

**かき氷 イチゴ&ココナッツミルク(500円)**
シロップとココナッツミルクの甘さがマッチしたかき氷。暑い夏にピッタリです。

**マンゴツリーカフェ**
ららぽーとEXPOCITY 1F
06-6318-5452

**蒸し鶏の冷製サラダパスタ(1,058円)**
ポン酢のシャーベットを混ぜながらいただく、暑い日にぴったりの和風サラダパスタです。

**Béchamel Café**〈ベシャメルカフェ〉
ららぽーとEXPOCITY 1F
06-6836-7500

通年販売

**ソフトアイスクリーム カスタードプリン(378円)**
モロゾフのプリンが丸ごとソフトクリームに!カラメルソースとキャラメリゼをトッピングしました。

**モロゾフ 窯だしチーズケーキ**
ららぽーとEXPOCITY 1F
06-4864-2003

8月末まで

**ストロベリーブリュレパフェ(1,480円)**
自家製イチゴのコンポートにバニラアイス、濃厚なブラウニー、表面をキャラメリゼしたストロベリーパフェです。

**「TABLES KITCHEN」**〈タブレスキッチン〉
ららぽーとEXPOCITY 2F　06-4860-6531

## ららぽーとEXPOCITYの夏休み

### ドキドキワクワクの夏休みエンタメイベントがいっぱい♪

NIFREL

8/21(水)

## タムタムのハーフバースデーをお祝いします！

葉っぱや野菜も食べられるように育ってきたタムタム。生まれて6ヵ月のハーフバースデーを記念して事前にご応募いただいたお客様と一緒に野菜のケーキをプレゼントするエンリッチメントイベントを開催いたします。

**時間** 9:45〜　◉事前募集など詳しい内容は7月下旬のHPで

タムタムすくすく写真展 〜9/1(日)まで 【場所】NIFREL 2F ニフレルメイクス

ウォータードーム&オルゴールワークショップ　7/26(金)〜28(日)・8/23(金)〜25(日)まで
【時間】10:00〜13:00(最終受付)、14:30〜19:00(最終受付)※日曜日は18:00最終受付
【定員】10席(随時ご案内)　【参加費】ウォータードーム1,650円、オルゴール1,300円、パーツ代(1個)220円〜
他にもイベント盛りだくさん！！

English Village

夏休み期間中！

## 夏休み！わくわく！テーマ別OEVレッスンを楽しもう！

日毎に変わる好きなテーマを選んで、楽しく英語を体験！みんなが大好きなクラフト作り、ゲームやアウトドア、アクティビティの要素を取り入れたテーマのレッスンを3つ体験できます。館内を知り尽くしたスタッフがアテンドも行うので、旅行気分を味わいながらお楽しみいただけます。

**参加費** 3レッスンセットプラン 3,780円　**対象** 年中児(4歳)〜小学生

CNN Café×スカラスティック社コラボ！
英語の絵本の読み聞かせなど、他にもイベント盛りだくさん！！

VS PARK

7/19(金)〜

## ぽかぽかスタジアム

「ぽかぽかスタジアム」は、テレビのバラエティ番組さながらに2人のプレイヤーが空気で膨らませた大きな"ぽかぽか棒"を両手で持ち、足場の狭い台の上で手押し相撲の要領でぽかぽかと押し合って相手を台から落として遊ぶパンダイナムコアミューズメントのオリジナルアクティビティです。
ぜひ新登場の「ぽかぽかスタジアム」を体験しにVS PARKへお越しください！！

**対象** 小学生以上

7/26(金) OPEN

## NEW OPEN SHOPに注目

DOCTORAIR

**DOCTORAIR**〈ドクターエア〉
【ボディケア】 ららぽーとEXPOCITY 3F

ドクターエアは「スマートデザイン」をコンセプトに、身体の<癒し・運動・美容>の3つの視点から健康をサポートするトータルボディケアブランドです。毎日触れて、暮しのあらゆるシーンに寄り添うプラダクトを提供する体感型のテクノロジーを是非、店頭でお試し下さい。

# NIFREL にふれる

Vol.39

大人の感性も刺激する、生きているミュージアム「ニフレル」。色々な目線で見たニフレルを紹介します。
地域ニュースサイトCityLife NEWSからもご覧いただけます。

CityLife NEWS で検索

しのぶママとたいぞうくん

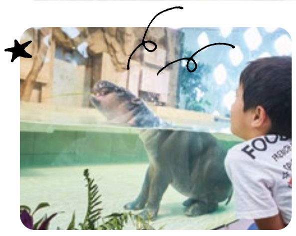
ミニカバの赤ちゃん「タムタム」が2月21日(木)に誕生して、もうすぐ半年！そこで今回は、タムタムの成長ぶりを私たちが観察してきました。

### タムタムのいろんなうごきに注目

今回で2回目のニフレル。前回来た時にはいなかったタムタムに、たいぞうはくぎづけ！水の中にあった草をパクパクする姿を見て気になったのかキュレーターさんに「エサは何を食べているの？」と質問。『青草という葉や小松菜、レタス、キャベツといった野菜を食べていて、授乳回数は徐々に減ってきています』とのこと。生まれた時の体重が6.4kgだったのが、今では43kgに。1週間に約2kg増加していて夏にはもうひとまわり大きくなるそうです。それでもまだ子どもらしい姿が見られるそうなので、夏休みもかわいいタムタムを見るチャンスです！

また、最近ではママのフルフルのお尻を噛んでちょっかいを出したり、流木と格闘する姿が見られたりと、活発になってきているそうです。キュレーターさんに話を聞くと生きものたちのいろんなことが知れて、子どもも興味深く観察するようになったので、気になったことはぜひ質問してみてください。

8月21日(水)9時45分から、ハーフバースデーお祝いイベントや、9月1日(日)まで開催のタムタムすくすく写真展などイベントがもりだくさん！また夏休みに家族で来てタムタムの成長を見届けたいですね。



大好きな水の中で過ごす時間が長くなってきているというタムタム。水遊びをする姿をしっかり観察できました。朝一番にすることは、プールで排便することなんだって！

頭で流木を押して水の中に落とそうとしているフルフル。ママの動きを真似して流木と戦うタムタムの姿も見られるかも！

**NIFREL**〈ニフレル〉
吹田市千里万博公園2-1 EXPOCITY内
営／10時〜20時(7/13〜8/9、8/19〜8/31は9時30分〜20時、8/10〜8/18は9時〜20時)　年中無休
入館料／
大人(高校生／16歳以上) 2,000円
子ども(小・中学生)1,000円
幼児(3歳以上)600円
0570-022060(ナビダイヤル)

## 2019年度版パスポート販売中

**販売期間** 2019年8月25日(日)まで販売
**有効期間** 2020年3月31日(火)まで
お急ぎください！

| | 通年型パスポート | 平日限定パスポート |
|---|---|---|
| 大人(高校生/16歳以上) | 7,000円 | 5,000円 |
| こども(小・中学生) | 3,500円 | 2,500円 |
| 幼児(3歳以上) | 2,100円 | 1,500円 |

## キッズファッションカーニバルプレイベント

お子様の参加型ファッションショー企画「キッズファッションカーニバル」のプレイベントとして、人気プロヘアメイク「team桃」によるキッズヘアアレンジブースや、プロカメラマンがオシャレなコーデを撮影する撮影ブースが登場!

**日時** 8/10(土)・11(日・祝)10:00~17:00
**場所** ららぽーとEXPOCITY 1F 光の広場
**参加条件** 7/20(土)~9/8(日)までのモデル応募期間中、対象店舗で配布される「モデル応募用紙」をお持ちのお客様
※対象店舗で3,000円(税込・1会計)以上のお買物につき1枚の「モデル応募用紙」を配布します。
※対象店舗は、キャンペーン公式ウェブサイトをご確認ください。
**受付方法** 各日10:00より受付開始します
※受付時に「モデル応募用紙」をご提示いただくと、参加整理券をお配りします。
**受付人数** 各ブース各日先着100名様 ※当日受付のみです。事前の予約はありません。

キッズファッションカーニバルについてはコチラ

## ABC-MART スペシャルセール!

子ども用から大人用の大きいサイズまでスニーカーを中心に幅広い商品が揃います。

**期 間** 7/24(水)~8/1(木)
**時 間** 10:00~21:00
※最終日のみ20:00まで
**場 所** ららぽーとEXPOCITY 1F 光の広場

\ キッズクラブワークショップ /

## EXPOCITY夏休みスナックスクール「もっと知ろう、お菓子のこと」

カルビースナックスクール夏休み特別編をカルビープラスで開催!普段食べているお菓子はどうやって作っているの?どんなものがあるの?など、親子で楽しく美味しくお菓子を知る機会です。

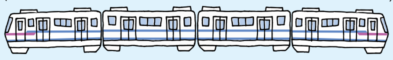
**日時** 8/21(水) ①11:15~ ②13:15~ ③14:30~ (1回45分)
**場所** ららぽーとEXPOCITY 1F カルビープラス
**講師** カルビー株式会社 管理栄養士 松川和乎 **定員** 各回10組20名様
**参加条件** キッズクラブ会員の親子ペアで参加できます。 **参加費** 無料
**参加方法** 整理券はご希望の会の分を10:30よりカルビープラス店頭にて配布します。キッズクラブメンバーズカードご提示1回で、一組様に1枚整理券をお渡しします。整理券は各回の人数が上限に達した時点で配布終了となります。

## 3x3.EXE PREMIER 西日本/関西カンファレンス

**日 時** 8/25(日) 12:00~19:30
**場 所** ららぽーとEXPOCITY 1F 光の広場

詳細はコチラ

大阪モノレールからのお知らせ



## モノレール沿線ぶらり 1dayチケット

**ファミリーでのお出かけにお得です!!**

大阪モノレールでは、毎月第3土曜日にご利用いただけるお得な乗車券を発売します(前売りのみ)。

**有効区間** モノレール全線乗り降り自由
**発売金額** 大人600円、小児200円
(大人1枚につき小児2枚まで購入可能)
**発売場所** 大阪モノレール各駅改札窓口
**有 効 日** 8月は 8/17(土)
**発売期間** 8/10(土)~16(金)

EXPOCITY、ニフレル等、提携施設での当チケット提示でお得な特典もあります。

詳しくはHPから http://www.osaka-monorail.co.jp/

## EXPOCITY | 吹田市千里万博公園2-1

**営業時間** ららぽーとEXPOCITY
10:00~21:00(物販・フードコート・サービス・その他)、11:00~22:00(EXPO KITCHEN)
※一部店舗、その他エンターテインメント施設は、施設ごとに異なる

**問合せ先** 06-6170-5590(代表/10:00~18:00)

最新情報はHPをご覧ください
https://mitsui-shopping-park.com/lalaport/expocity/

EXPOCITY magazine
毎月火曜日3回配信中!
https://expocity.comepass.jp

●8/ 6号「2019年最新版!EXPOのイケてるおみや"POMIYAGE"LIST」
●8/13号「EXPOCITY×サッカー観戦!ガンバ大阪を応援するアクティブな一日」
●8/27号「EXPO名物スタッフに聞く!MY STANDARD~僕/私の定番~」
※タイトルは予告なく変更になる可能性がございます。

## EXPO土曜 Premium

土曜日開催!

8/17(土)
**「~奥深いスパイスの世界~ 男のオリジナルカレー粉ブレンド教室」**

**日 時** 8/17(土) 11:00~12:30/13:30~15:00/15:30~17:00
**対 象** 成人男性※ご家族1名同伴可(性別、年齢は問いません)
**定 員** 各回先着15組 **参加費** 800円
※10:30よりすべての回の受付開始いたします。
※先着順で希望回の整理券を配布いたします。
(お一人様1回限り)
※必要な持ち物はございません。(エプロンご持参可)
**講 師** スパイス料理研究家 カワムラケンジ

詳細はWEBにて

※8月はEXPO fun!fun! Workshopの開催はございません。

GAMBA NEWS

北摂のJリーグクラブ ガンバ大阪を応援しよう!

# ガンバ通信

取材協力/ガンバ大阪 取材・文/City Life編集部 吉見梨恵・木下知佳

背番号はプロ1年目と同様の「33」に決定!

## 宇佐美貴史選手、3年ぶりにガンバ大阪に復帰

6月24日(月)、ドイツ・アウクスブルクから期限付き移籍でデュッセルドルフでプレーしていた宇佐美貴史選手が、ガンバ大阪へ完全移籍すると発表され、その翌日の25日(火)にパナソニックスタジアム吹田で移籍会見が行われた。3年ぶりのガンバへの復帰となる宇佐美選手は早速この日からチームの練習に合流し、汗を流した。

会見で宇佐美選手は、「ガンバは今いるべき順位ではないと思っています。ガンバ側からの熱意と、サポーターからの声がSNSなどを通じて届いていました。すごく必要とされているなと感じたのと、このタイミングで戻るとチームの力になれるイメージがすごく沸いたことが復帰の一番の要因です。大事なのは、今までの経験を今後の僕のサッカー人生やガンバにどれだけ還元できるかということ。今はポジティブな気持ちです」と述べた。また、サポーター・ファンには「もう少し自分自身の価値を上げて帰ってきたかったですが、そんな中で必要としてくれて感謝しかないです。この感謝をしっかり結果で返し、応援してくれるファンの皆さんに〝強いガンバ〟を届けたいと思います」と感謝した。7月20日の名古屋戦(豊田スタジアム)以降に試合出場が可能となる。再び青黒の戦士として、ピッチで熱く奮える宇佐美選手の活躍に期待したい。

## 3年目の「GAMBA EXPO」記念ユニフォームデザイン決定

8月18日(日)、明治安田生命J1リーグ 第23節ジュビロ磐田戦で開催される「GAMBA EXPO 2019」。この日、選手が着用する記念ユニフォームと来場者に全員配布される(ビジター席・チケット非所持の未就学児を除く)オリジナルユニフォームシャツのデザインを木梨憲武氏が手がける。また、記念グッズの販売やららぽーとEXPOCITYにはフォトスポットが登場する。記念ユニフォームで埋め尽くされたパナスタで、選手と一体になって勝利を喜ぼう!

フィールドプレーヤー

"REACH OUT" produced by NORITAKE KINASHI

「人と人の結びつき」を表現する"REACH OUT"をテーマに、表面にはピッチ上のコートに11人の選手の手を、裏面には選手を支えるサポーターの手が描かれている。

### EXPOCITY×ガンバ大阪 フォトスポットが登場!

『GAMBA EXPO 2019』の開催を記念して、ららぽーとEXPOCITYにコラボフォトスポットが登場!ぜひ、記念に写真を撮ろう♪

### 8月のホームゲーム日程

at パナソニックスタジアム吹田

J1リーグ ▶ 8/10(土)19時 vs サンフレッチェ広島
8/18(日)19時 vs ジュビロ磐田

チケット好評発売中!
詳細・購入は ガンバチケット 検索

## ガンバ大阪 市民応援デー実施中! ホームゲームをお得に観戦しよう!!

ガンバ大阪では、地域社会の活性化とスポーツ文化の振興を目的として、ホームタウン在住・在勤・在学の方を対象に市民応援デーを実施しています。対象市に在学の小中高生は無料、在住・在勤の大人の方も40%OFFと1年で最もお得に観戦できる試合となっております。ぜひご家族・ご友人の方をお誘いいただき、スタジアムへお越しください。皆様のご来場をお待ちしております!

### ■ 摂津市民応援デー

**試合日時** 9/14(土)or9/15(日)キックオフ未定
試合日時およびキックオフ時刻は8月中旬発表予定です。
日程の詳細は発表後にガンバ大阪HPにてご確認ください
**対象試合** 明治安田生命J1リーグ 第26節 vs サガン鳥栖
**お申込み期間** 8/28(水)まで
**対象者** 摂津市に在住・在勤・在学の方

**席種・価格**
1 カテゴリー4(メインスタンド指定席・上層)
大人 2,100円(通常前売価格 3,500円)
小中高生 無料(通常前売価格 2,000円)
2 カテゴリー5(バックスタンド指定席・上層)
大人 1,800円(通常前売価格3,000円)
小中高生 無料(通常前売価格1,500円)
3 カテゴリー6上層(南サイド指定席・上層)
大人 1,500円(通常前売価格2,500円)
小中高生 無料(通常前売価格1,000円)

詳細は摂津市民応援デー特設ページをチェック! https://www2.gamba-osaka.net/ticket/hometownday_03.html

第12回
# mini ロハスフェスタ
## in ABCハウジング 千里住宅公園

入場無料　雨天決行
※荒天により中止になる場合があります

8/17 sat 10時～20時　8/18 sun 10時～17時

真夏の千里住宅公園の定番、miniロハスフェスタを今年も開催！ロハスフェスタの人気店が集結します！楽しいワークショップも盛りだくさん。1日目8/17（土）は、年に一度の千里住宅公園ナイター営業です！「夜のモデルホームラリー」や「弦楽四重奏の夕べ」も実施。ぜひ、お気軽にお越しください！

住まいのアンケートに答えていただくと
**mini ロハスフェスタで使える500円分のチケットをプレゼント！**

miniロハスフェスタ×モデルホーム
### 夜のモデルホームラリー
8/17（土）16時～

夜のモデルホームをご見学いただいた方全員にロハスフェスタの人気店によるグッズをプレゼント！（いずれかひとつ）

森の箸置き／杉・ヒノキのフォトスタンド／ミニボトルフラワー×2個／ミニタオル（約19センチ四方）／革コインケース

**ご来場の方に光るブレスレットプレゼント！**

### ロハスフェスタの人気店が50店舗ABCハウジングに登場!!

### 第7回 弦楽四重奏の夕べ
8/17（土）①17時～②18時～③19時～

山田 聖華（ヴァイオリン）
中川 芙美（ヴァイオリン）
上川 忠昭（ヴィオラ）
島田 幸子（チェロ）

場所 / イベントハウス　無料

[演奏曲目]美しく青きドナウ／G線上のアリア／アヴェマリア／間奏曲「カヴァレリアルスティカーナ」より／風の通り道「となりのトトロ」より／海の見える街「魔女の宅急便」より／カントリーロードほか

### なっちゃん紙芝居
8/18（日）①11時～②13時～③14時～④15時～

場所 / イベントハウス
無料　約20分

### ロハス音楽パレード
8/18（日）①11時半～②13時半～③14時半～

無料
かとうかなこ（アコーディオン）
岡崎泰正（ギター）

### 「光」のワークショップ開催！ 8/17（土）10時～16時　場所 イベントハウス

| 4色に輝くランタンづくり | 世界にひとつ。ランプシェードづくり | ドライフラワーのカップキャンドルアレンジ | シェル（貝）のランタン |
|---|---|---|---|
| 参加費 / 500円<br>11時～・11時半～<br>12時～・12時半～<br>13時～・14時～<br>14時半～・15時～<br>15時半～<br>所要時間 / 約30分<br>1回8名まで | 参加費 / 500円<br>随時受付<br>所要時間 / 約30分 | 参加費 / 1,000円<br>随時受付<br>所要時間 / 約30分<br>限定20個 | 参加費 / 1,500円<br>随時受付<br>所要時間 / 約30分 |

※材料が無くなり次第、終了

## サマーフェスタ
イベント開催 / 11:00～17:00　※イベント・先着プレゼントへの参加チケットは10:00～配布、1世帯1名様限りとなります。

### バラエティ花火プレゼント
8/10（土）11（日）
各日300組様
小学生以下限定
おうちでできる手持ち花火をプレゼントします！

### 夏のファミリー抽選会
8/10（土）11（日）12（月・休）　抽選合計200組様

ハズレても 汗をすっきりと拭きとる「爽快シート」（1枚入り）をプレゼント！
持ち手の部分をくり抜くと抽選券になる特製うちわをお配りします

A賞 1組様 メリート アイスクリームメーカー
B賞 2組様 三輪素麺 みわのにじ
C賞 7組様 ウェルチ ギフトセット
D賞 10組様 ロディ カフェタイムセット
E賞 180組様 アイスキャンディ タオル

※写真はイメージです

### モジャ博士がやってくる
8/11（日） シャボン玉を使った不思議なサイエンスショー！
①11:00～
②14:00～

自由に遊べるシャボン玉ひろばもあるよ！（8/10・11開催）

※写真はイメージです

### アイスクレープサービス
8/11（日）
200組様
アメリカ発、人気アイスクリームブランド「コールドストーン号」がABCハウジングへやってくる！

冷たいデザートの販売も

イベント会場でしか食べられない"アイスクレープ"をサービス！

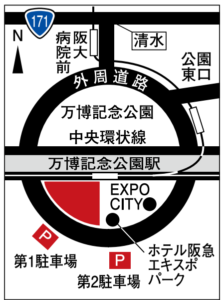
※クレープがフードサービスメニュー（いずれかひとつ）。種類は選べない場合があります。写真はイメージです。

COLD STONE CREAMERY

### はっけん！きかんしゃトーマスとなかまたち ソドー島シールラリー
8/12（月・休） 200組様

とくべつなおしごと
ソドー島をめぐって
トーマスやなかまたちを
はっけんしそれぞれの
おしごとをしょうかいしよう！
だれがどこにいるかな？

© 2019 Gullane (Thomas) Limited.
© 2019 HIT Entertainment Limited.




ABC HOUSING
## 千里住宅公園

大阪モノレール「万博記念公園」駅からすぐ

〈車でお越しの方は〉
●万博記念公園外周道路沿い
〈電車でお越しの方は〉
●大阪モノレール「万博記念公園」駅下車すぐ

TEL 06-6876-1521
www.abc-housing.co.jp/

○専用駐車場有り　○開場時間／10:00～18:00
○住宅公園受付は毎週水曜日定休日（祝日は営業）
※水曜日営業のモデルホームもあります。各メーカーへ直接お尋ねください。
主催：朝日放送グループホールディングス　ABC開発　朝日新聞社

**他にも楽しいイベントが盛りだくさん！** イベント&キャンペーンの詳しい情報はホームページで ABCハウジング で検索！

### ご来場プレゼント 8/1（木）→31（土）
※水曜日を除く（8/14は営業）

期間中、住宅公園受付で「住まいのアンケート*」にお答えください。
モデルホームご見学後、ご賞品をプレゼントします。

#### 保冷バッグ＆レジャークッション

夏に最適な保冷バッグと持ち運びに便利なレジャークッションをプレゼント。
※写真はイメージです。
その他の備品は含みません。
※カラーは選べません。
全10色　全2色

### この記事をご持参で！ ～プレゼント～
8/1（木）→31（土）※水曜日を除く（8/14は営業）

#### ブーケ保存容器

2点セット

さらに、この記事をご持参のうえ「住まいのアンケート*」にお答えいただいた方にステキなプレゼントを差し上げます。

※写真はイメージです。その他の備品は含みません。

※賞品は予告なく変更される場合があります。※賞品は他の情報誌の賞品と重複して受け取ることはできません。※千里住宅公園のみ有効。 CL

# ABC HOUSING mini ロハスフェスタ

in ABCハウジング千里住宅公園

**8/17** sat 10時～20時 **8/18** sun 10時～17時

## miniロハスフェスタ参加店舗ご紹介

■＝グルメ　■＝物販・ワークショップ　※WSはワークショップ

**1 ピクルス屋**
ピクルス液（柚子など各種）／各種ビネガーなどのピクルスパック

**2 LOVES BAGEL**
ベーグルパン／ラスク／マフィン／瓶ジュース

**3 RJ COFFEE ROASTERS**
クッキーで出来た食べられるカップコーヒーに淹れるエコプレッソ(HOT)など

**4 SORA**
クレープ／ワッフル／かき氷／タピオカドリンク／フランクフルト／ホットドッグなど

**5 栗栗坊主**
かき氷（安心安全の無添加100%フルーツの生シロップ使用）／レインボーわたがし

**6 GRAND**
十勝産小麦などを使用したパン／ラスク・スコーン／蜂蜜／冷甘酒など

**7 菓子工房ふわり**
サーターアンダギー／沖縄風塩焼きそば／沖縄風唐揚げ（シークヮーサー使用）

**8 Yellow Cafe**
国産小麦を使用したもちもちクレープ（お好みソーストッピング）／カスタードブリュレ／かき氷

**9 CRAMS BANANA**
鹿児産・フィリピン産など高糖度バナナ、蜂蜜、牛乳のみ使用の濃厚バナナジュース

**10 OHANA食堂**
佐世保ベーコンエッグバーガー各種／特選牛ステーキ串／タピオカドリンクなど

**11 イルレラッツア**
和牛ミンチステック（プレーン／チーズ）・サンド／ジュース／生ビールなど

**12 PATTA ～handmade～**
販売 ハンドメイドのチューリップハット・ワークキャップ・ヘアバンド・スタイ

**13 金葉工房**
販売 ハンドメイドピアス・イヤリング・ネックレス
WS ネックレスづくり／スイーツデコづくり

**14 ut ameris**
販売 レジンアクセサリー／小物

**15 端材工房**
販売 世界の様々な木をつかった木工おもちゃ・雑貨・アクセサリーなど

**16 べいく堂**
メロンパン／チョコパイ／スィートポテトパイ／アップルパイ／メロンパンラスク／ジャンボフランクパイなど

**17 こんぶ工房＊**
販売 手作りアクセサリー・ストラップ・布小物・ハーバリウムなど

**18 kaede**
販売 本物の花を使用したアクセサリー(ピアス/イヤリング/ネックレス/ブレスレットなど)

**19 S&R factory**
販売 稀少パーツやヴィンテージビーズを使ったハンドメイドアクセサリー

**20 ココロを米て…**
販売 お米にオーダーメイドで絵や字をかく、アクセサリー

**21（8/18のみ） 草木と花**
販売 ドライフラワースワッグ／ナチュラルkidsワンピースなど
WS 100%天然アロマオイルのオリジナルオーデコロンづくり

**22 ton & apricot**
販売 手作りアクセサリー（動物イラストブローチ／ビンテージビーズのピアス・イヤリング）

**23（8/17のみ） 植物屋fytó**
WS 陶器鉢・土・植物を選んで、枯らさない植え替え

**23（8/18のみ） てづくり雑貨のお店ペコムシ**
販売 ルルベちゃん／アロマストーンなど
WS ハーバリウムボールペンづくり

**24 ヘルシーベスト農園**
野菜（にんにく各種）／フルーツ／手作りジャム

**25 ワークスなかむら**
販売 若狭塗箸や木のスプーン類（ギフトに最適な、お名前彫刻をします）

**26 chamie**
販売 夏らしいハンドメイドピアス・イヤリング

**27 M-Sourire**
WS ハーバリウム／ハーバリウムボールペン

**28 gincot**
販売 手作り布うちわ・がまログッズ・布雑貨など
WS 布うちわづくり／お絵描きうちわ

**29 LatteArtJunkies RoastingShop**
カフェラテ／珈琲／ホットサンド／ジュース／ビール／珈琲豆／アイスクリーム

**30 8710.LOVE**
牛乳とバナナのみで作るフレッシュバナナジュース／チョコバナナジュース

**31 焼き鳥渡鳥**
吹田クワイを衣に絡めた唐揚げ／大阪伝統野菜を使ったメニュー

**32 AMMY**
インドカレー／ナン・チーズナン／タンドリーチキン／チキンティッカ／カティロール／インドビール

**33 Neri miri coffee**
スペシャルティコーヒー豆のハンドドリップコーヒー／季節のフロート／ホットサンドなど

**34（8/17のみ） PIZZA FREE**
本格石窯焼きナポリピッツァ

**35 UnSourire**
販売 スワッグ／リース／キャンドル／Tシャツなど
WS スワッグ・ハーバリウムづくりなど

**36 ANELA MAKANA**
WS 色んなお花を使ったハーバリウムづくり・カレイドボタニカルフレームづくり

**37 ROYAL RICH**
販売 子ども用、大人用、親子コーデも楽しめる、手作りピアス・イヤリング・リングなど

**38 レザーショップEMA**
販売 レザーシューズ／レザー小物／レザーバックなど

**39 にこちゃんFactory**
WS 手づくりした沢山のパーツから好きなものを選んでつくるスイーツデコ

**40 ハンドメイド愛生**
販売 ドライフラワーリース／木製棚／布鞄など
WS ハーバリウムづくり／スイーツデコづくり

**41 #grat**
販売 押しフルーツのアクセサリー／雑貨など
WS 押しフルーツとレジンのストラップづくり

**42 くるくる**
販売 手作り小物雑貨（キッズイヤリング／布小物など）
WS キーホルダーづくりなど

**43 Amulette**
販売 手作りハーバリウムボールペン・押し花フレーム
WS 絵本影絵ハーバリウム（親子）など

**44 hand made macaron**
販売 フェイクスイーツの手作りアクセサリーなど
WS 粘土で小物作り

**45 楽書心**
販売 オーダーキーホルダー
WS パステルと筆ペンを使ったうちわ作り

**46 もぐごころ& Petit＊hapi&Dahlia**
販売 ハンドメイドスタイ・よだれカバー・小物など
WS ハーバリウムボールペンづくり／ハンドヒーリング

**47 happy clover**
販売 シンプルで永く使える手作り革小物
WS 小銭入れづくり

**48 myum ～みゅーむ～**
販売 手作りビーズアクセサリー・インテリア雑貨
WS ビーズブレスレットづくりなど

**49 kasa**
販売 建築端材とアイアンのインテリア小物／アクセサリースタンドなど

＊「住まいのアンケート」はABCハウジング並びに当会場の出展住宅会社からお客様に対し、住宅購入・暮らしに関する情報等をご案内する目的で取得し利用します。1世帯1名様限り、期間中1回限りとさせていただきます。20歳未満の方はご遠慮ください。
※催し物については一部、「住まいのアンケート」にご協力いただいた方が対象です。当日の状況により、内容の変更（または中止）や予定時間前に終了する場合もあります。詳しくは住宅公園受付までお問合せください。※イベント&フードはなくなり次第終了とさせていただきます。※掲載写真はいずれもイメージです。

City Life

ハンドメイド・クラフト作品が大集合!

HANDMADE CRAFT

みんなの小さなエコを
大きなコエに

# ロハスフェスタ® 南港

2019 Summer

8.10 sat. 11 sun. 12 mon.

10:00～17:00

最終日のみ16時、入場証販売は終了時間30分前まで

インテックス大阪1·2号館

お得な前売り券
発売中!
当日:900円
前売:700円
購入方法はP.27をご確認ください

総出展店舗数
約700店舗
(予定)

## 親子で楽しめるこだわり作品と出会おう!

人にも地球にもやさしく、こだわりを持って心豊かに暮らすのが、私たちの考える「LOHAS」。スケールアップして開催されるロハスフェスタ南港では、ハンドメイドのアクセサリーやインテリア、グリーンやフラワーの可愛い雑貨、稀少なアンティークなど、心躍るクラフト作品がいっぱい。きっと心豊かに暮らすヒントが見つけられるはずです。今年はさらに、有名グルメブロガー推薦の店が集う「スイーツEXPO」や、子どもと一緒に楽しめるワークショップなども開催。この夏は、海辺の屋内ロハスフェスタで、ゆっくり楽しんでくださいね!

## ロハスフェスタの取り組み

### 幸せな地球の未来のためにみんなができること。

SDGsが達成された社会を目指すためにロハスフェスタでは様々な取り組みを行っています。

【ロハッチ®】
ロハスフェスタの
公式キャラクターの
みつばちの男の子

**SDGsって?**
(エスディージーズ)

Sustainable Development Goals = 持続可能な開発目標

「SDGs」は2015年に国連サミットで決められた目標で、2030年までに世界のすべての人々が豊かに幸せになるために、そしてずっと地球に暮らしていくために、私たちが目指すべきことが「17のゴール」として書かれています。地球はひとつしかありません。その地球には、課題が山積みです。地球のことは、地球に住むすべての人が、一緒に考えて、今すぐ課題に取り組んでいかなければ解決しません。小さい行動だって、集まったら大きな力。SDGsのゴールに向けて自分たちにできることからはじめていきましょう。

**持続可能って?** 今、自分のまわりのことだけではなく、未来のみんなや地球も今みたいに暮らせるということ。

**開発って?** 十分に食べられなかったり、学校に行けなかったり、病気でも病院に行けなかったり、住んでいるところがとても危険だったり、暴力をふるわれたり、自由に意見が言えなかったりすることをなくして、みんなが安心して、自分の能力を十分に発揮しながら満足して暮らせるようにすること。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

1 貧困をなくそう
2 飢餓をゼロに
3 すべての人に健康と福祉を
4 質の高い教育をみんなに
5 ジェンダー平等を実現しよう
6 安全な水とトイレを世界中に
7 エネルギーをみんなに そしてクリーンに
8 働きがいも経済成長も
9 産業と技術革新の基盤をつくろう
10 人や国の不平等をなくそう
11 住み続けられるまちづくりを
12 つくる責任 つかう責任
13 気候変動に具体的な対策を
14 海の豊かさを守ろう
15 陸の豊かさも守ろう
16 平和と公正をすべての人に
17 パートナーシップで目標を達成しよう

## SDGsに関するロハスフェスタの取り組み

### 資源回収の取り組み

**ご自宅にある資源をお持ちください。**

ロハスフェスタでは、資源を回収しています。使用済みの天ぷら油は発電機に使えるバイオディーゼル燃料になります。牛乳パックもトイレットペーパーとして会場で使っています。紙袋はマイバックを忘れた方に配り、レジ袋の削減に役立たせています。

13 気候変動に具体的な対策を
14 海の豊かさを守ろう
15 陸の豊かさも守ろう

☑ 牛乳パック回収 ☑ 古本
☑ ダウン回収 ☑ 紙袋
☑ 使用済み天ぷら油回収

### ゴミ減量の取り組み

**マイ食器・カトラリー・マイボトル・マイバックをお持ちください。**

お皿やお箸、水筒は繰り返し洗って使えるのでゴミの量がグンと減ります。ご自宅から、お気に入りのものを持ってきて、ロハスグルメをお楽しみください。会場内の洗い場スペースで洗えます。

13 気候変動に具体的な対策を

**レジ袋&ストローについて**

使い捨てビニール製レジ袋やプラスチック製ストローは、環境への影響を配慮して、会場での使用を差し控えております。マイバック・マイストローをご持参いただき、ロハスフェスタをお楽しみください。

### マイ食器・マイボトルを忘れた人は…

リユース食器をご購入頂く必要があります。(1つ100円)ごみの出ないイベントに向け、ご協力をお願いします。なお「レンタル食器」は終了となります。

▼ リユース食器は1つ100円

環境にやさしいカトラリーを各10円で販売をしています!▲

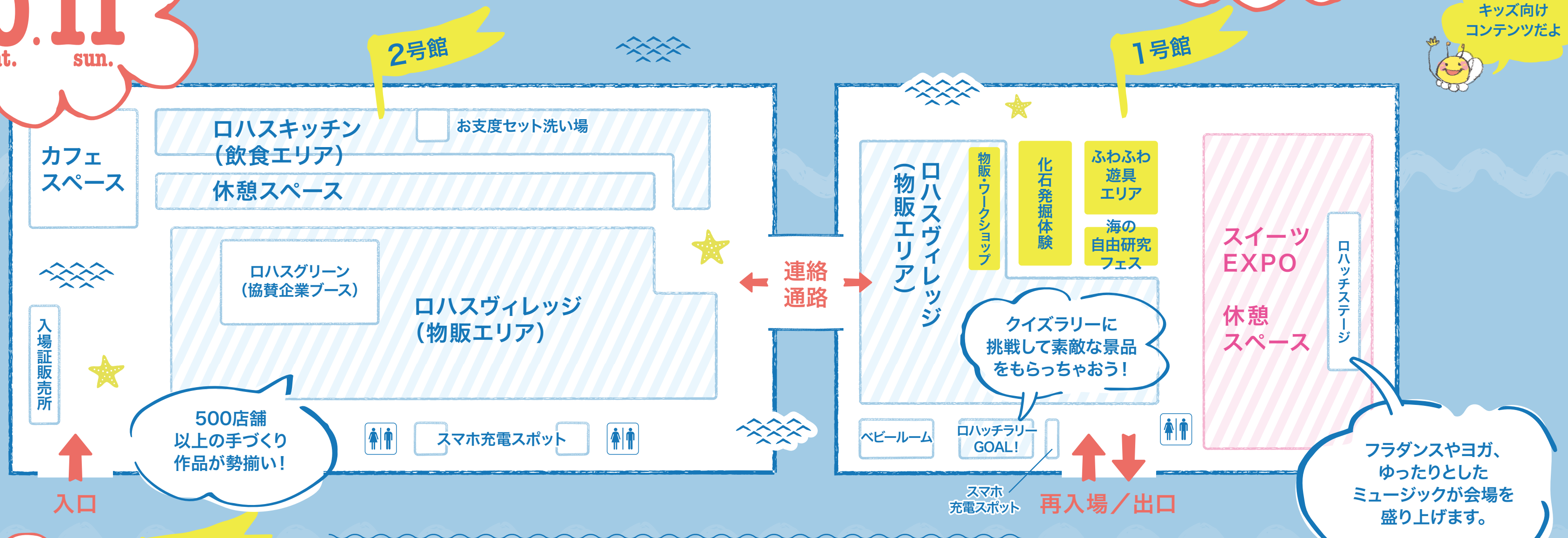
# 親子で楽しめる企画ブースやワークショップもたくさん！

8/10(土)・11日(日)は500店舗を超えるハンドメイド・クラフト作品が出展。女性にうれしい
オシャレアイテムや、体に優しいグルメ、部屋を彩るインテリア雑貨・グリーンなどをお楽しみください。
8/12(月・振休)にはキッズ向けコンテンツが充実。この夏の思い出づくりにぜひ、お越しください。

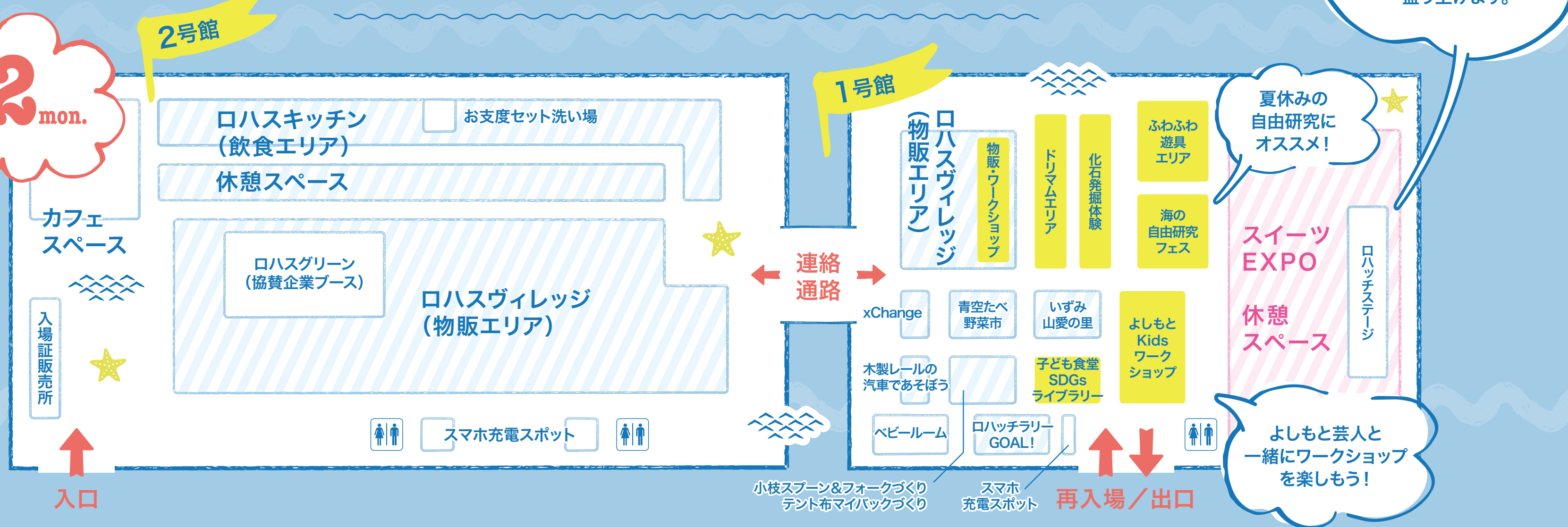
会場 Map

黄緑色はキッズ向けコンテンツだよ

8.10.11 sat. sun.




8.12 mon.




## ロハスフェスタを楽しもう

### 会場内の環境クイズに答えて、スタンプを集めよう！

資源回収や会場内に設置された環境に関するクイズに回答してスタンプをゲット！スタンプの個数に応じて、プレゼント（抽選で内容決定）がもらえます。※数に限りがあります。※参加するには一人につきロハスフェスタメール会員の登録もしくは、公式SNSフォローが必要です。ただしこどもロハッチラリーは会員登録なしで参加できます。

小学生も参加可能なこどもロハッチラリーもあります

- クイズコーナー…会場内の5カ所のクイズに答えてね。
- お支度しましょ♪…ロハッチラリー受付でマイ食器を見せてね。
- 牛乳パック回収…5枚以上持ってきてね。
- 使用済み天ぷら油回収…500ml以上を持ってきてね。
- ダウン回収…1枚以上持ってきてね。
- 古本…1冊以上持ってきてね。 ● 紙袋…5枚以上持ってきてね。

4 質の高い教育をみんなに

### みんなで美味しく食べよう 子ども食堂

参加無料

**開催日：8月12日(月・振休)**
**時　間：10:15～整理券配布**
**11:00～提供開始**

先着100名 小学生が対象

ロハスフェスタ万博会場で大好評の『こども食堂』が南港会場でもOPENします！おいしいごはんを食べながら食事のマナーや片付けなどもみんなで学べます。ぜひ、お立ち寄りください。

1 貧困をなくそう

### 「お金」ではなく「想い」のやりとり xChange

モノが循環する豊かな社会づくりを目指した、洋服の物々交換会です。自分ではもう使わないけど「誰かが欲しいかもしれない」ファッション・アイテムを持ち寄り、思い出を「エピソードタグ」に書いて並べます。エピソードタグを読みながら、気に入った商品があったら、ワードローブに仲間入り。エコにおしゃれを楽しみましょう！

12 つくる責任 つかう責任

### テント布でつくろう！ 世界にひとつだけのマイバック

**開催日：8/12(月・振休)**
**参加費：500円～** ※大きさによって異なります。

ロハスフェスタなどのイベントで使用した看板用テント布でマイバックをつくります。柄は切り取る部分でさまざま。環境にやさしいリユース素材で、世界にひとつ

12 つくる責任 つかう責任　14 海の豊かさを守ろう

### 小枝でつくろう！ スプーン＆フォーク

**開催日：8/12(月・振休) 参加費：300円**

間伐材を利用したスプーン&フォークを作りましょう。大人はもちろん、子どもでも簡単に作れます。リサイクルを学びながら、自分だけのオリジナルスプーン&フォークで美味しいごはんを食べましょう！

12 つくる責任 つかう責任　14 海の豊かさを守ろう　15 陸の豊かさも守ろう

### ロハスステージも充実！

ヨガやフラダンスなどに参加してゆったりとした時間をお楽しみください。また、日本全国を飛び回っている人気者くまモンがロハスフェスタに登場！ステージを盛り上げてくれます。(8/11(日)12:30～出演予定)

**8/10(土)**
10:30　かしもとゆか(ウクレレ弾き語り)
11:30　daydreamer(ギター歌)
12:30　市村順平(ギター弾き語り)
13:30　ヒナタユウ(ギター弾き語り)
14:30　フクイヒロキ(ギター弾き語り)
15:30　直子(ピアノ弾き語り)

**8/11(日)**
10:30　山下カナ(コンサティーナ・ソロ)
11:30　きしもとしおり(ギター弾き語り)
12:30　くまモン
13:30　川内まり子(マリンバ演奏)
14:30　伊禮恵(ギター弾き語り&ピアノ)
15:30　森口絵理奈(ピアノ弾き語り)

©2010 熊本県くまモン
協力 熊本県大阪事務所

**8/12(月・振休)**
10:15　ロハス・ハワイPROJECT
10:30　サークルPARCO(フラ)
11:00　ハリウッドヨガ(ヨガ)
12:00　よしもと芸人ステージ/Dボタン 三中
13:00　よしもと芸人ステージ/span!
14:00　よしもと芸人ステージ/グッピーこずえ
14:15　ロハス・ハワイPROJECT
14:30　Makana A Ke Aloha(フラ)
15:00　よしもと芸人ステージ/土肥ポン太

※ステージスケジュールは予告なく変更になる場合がございます。

和泉市の道の駅「いずみ山愛の里」ブースが登場
8月12日(月・振休)には応援隊長の

## 土肥ポン太さんもやってくる！

### 道の駅 いずみ山愛の里&土肥ポン太青果、野菜販売、道の駅いずみ山愛のカレー、和泉みかん等の販売

和泉市の地元農家さんたちが作った季節の野菜や果物が並ぶ、和泉市にある人気の道の駅「いずみ山愛の里」のブースが、ロハスフェスタ南港に登場します。この「いずみ山愛の里」の応援隊長を務める、よしもとのピン芸人であり、自らも農業を手がけている土肥ポン太さんも来場！

和泉市南部リージョンセンター
道の駅 いずみ山愛の里
大阪府和泉市仏並町398-1
問合せ先：
yamaai@izuminambu-rc.jp

8.12 mon. 開催決定

## 夏やすみ！ よしもとKidsワークショップ

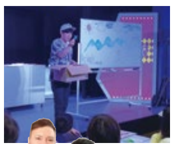
Produced by お出かけ！道の駅 いずみ山愛の里

吉本芸人がさまざまなテーマで、直接教えてくれるワークショップです。楽しく面白く、夏休みの思い出を作りましょう！ロハスステージにて楽しいトークショーも予定しています。詳細は決定次第、随時公式webにてご案内します。

CANVAS

大阪府住みます芸人
### span!マコトの折り紙教室

折紙講師の資格を持つspan!マコトが考案した折り紙ワークショップを開催。お子さまだけではなく様々な世代に楽しんでいただけます。折り紙の折り方はもちろん、オリジナル要素を加えた遊びもあり、最後までたっぷりとお楽しみいただけます。



キャンプ系YouTube芸人
### グッピーこずえとテントやお部屋に飾ると可愛いオリジナルガーランドを作ろう！

ガーランドはお部屋や、アウトドアのテントサイトなどにぶら下げるととっても可愛くてオシャレ！！パパもママもお子さまも自分の好きな布や、スタンプを使ってみんなでオリジナルガーランドを作りましょう！

※出演者や内容は予告なく変更になる場合がございます。

19 Blanc pur.
出展日:8月11日
ハーバリウム、フラワー作品、キャンドルなどの販売

20 R-marble
出展日:8月12日
バイオウオッシュ加工の８号帆布を使用しキナリとクロのバッグの販売

21 mii accessory
出展日:8月10日
本物のお花や天然石などで、普段お使いいただけるアクセサリーの販売

22 星とレザー
出展日:8月10日
主に星柄型押しの本革を使った革作品の販売

23 Loopy
出展日:8月10日・11日・12日
使い心地とデザインにこだわったヘアターバンや子供服

24 ribbon_anmitsu
出展日:8月11日
リボンを使ったヘアアクセサリーやバッグ、雑貨などの販売

25 Anemone
出展日:8月10日
天然素材を使用したアクセサリー

26 Naughty Ranger
出展日:8月11日・12日
播州織をメインに使用したハンドメイド洋服、布雑貨、花雑貨の販売

27 flamingo
出展日:8月10日・11日
陶器と陶器で作ったイヤリング ブローチ、刺繍アクセサリーの販売

28 みずたま。 出展日:8月11日
アメリカやネパールなどの海外ペーパーで作ったミニペーパーバッグや袋小物、ジャパンペーパーを使ったメモ帳などの紙雑貨

29 手作り雑貨 小桜
出展日:8月10日
花・海・宇宙をテーマにしたオモシロ可愛い一点もの樹脂アクセサリーなどの販売

30 handmade accessory Wish
出展日:8月10日
ドライフラワーや押し花などをレジンで閉じ込めたアクセサリーの販売

31 huge ceramics
出展日:8月10日・11日・12日
毎日が楽しくなる手づくり陶器販売

32 petit sourire
出展日:8月10日・11日
国産レモンをまるごと使ったレモンケーキなどの焼き菓子販売

33 プリーザーストア
出展日:8月10日・11日・12日
見て楽しい！着て楽しい！手刺繍TシャツやトートBAGの販売

34 革鷹財布工房
出展日:8月10日・11日
上質なヌメ革を使用し手縫いで仕上げた革製品

35 はなやま養蜂
出展日:8月10日・11日・12日
自らみつばちを育て、採蜜し、非加熱で瓶詰したはちみつの販売

36 Tazu
出展日:8月11日
ドライフラワーなどのナチュラル小物の販売

## 同　時　開　催

### スイーツEXPO

万博記念公園で大好評のスイーツEXPOがロハスフェスタ南港に登場！かき氷などのひんやりスイーツをはじめ、有名ブロガーが推薦する関西の人気スイーツが勢ぞろい。和・洋さまざまなスイーツをお楽しみください！

菓楽
フローズンくず餅バー

S TURKA
タピオカドリンク

Patisserie Touchez du bois
アニマルマカロン

crepe SORA
クレープ・ワッフル・かき氷

BIGUP JAPAN
かき氷

CRAMS BANANA
濃厚バナナジュース

Gori's Kitchen
京ティラミス

蜜香屋
焼き芋、中崎ポテト、おいもとアイス

### 海の自由研究フェス大阪

今年の自由研究はこれでバッチリ！海の環境問題にしたキッズ向けワークショップが大集合。世界各国で深刻となっている「海の漂着ごみ」などの環境問題をワークショップを通じて楽しみながら学びませんか？　協力:greenbird

### 海の万華鏡をつくってみよう！

万華鏡を作って遊ぶ1時間の体験型工作教室。中に海岸に落ちているビーチグラスをいれて、海の環境についてみんなで考えよう。

■実施日:全日　■参加費:500円
■所要時間:60分　■対象:小学生

### チリメンモンスターをさがそう！

「チリメンモンスター」とはちりめんじゃこに紛れている、海の生き物たちのことです。ちりめんじゃこの中から様々なチリモンをみつけだして、大阪湾に生きる生き物の生物多様性を学びながら、海と生き物たちの面白さに出会ってみませんか？

■実施日:全日　■参加費:300円
■所要時間:45分　■対象:5歳以上

# 人にも地球にも やさしい ライフスタイル それがロハス

1

2

3

4

※出展者の一部をご紹介します。

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

**1 ACE**
出展日:8月10日・11日
透け感のある繊細なオーガンジー刺繍アクセサリーおよびキットの販売

**2 ぱんタージャ工房　キキの家**
出展日:8月10日・11日
食べることのできる本物のパンを加工したメモスタンド、パンマグネット、パンブローチなど

**3 hopuni**
出展日:8月11日・12日
日常のさりげないアクセントをテーマにした手作り雑貨(布・小物)、アクセサリー

**4 2zero3**
出展日:8月11日
真鍮素材を使用し金属特有の硬さや柔らかさ等を表現したアクセサリーや小物の販売

**5 dry flower swag K**
出展日:8月10日
家で育てた花を中心にドライフラワーにしてスワッグ、リースなどに加工して販売

**6 La Couronne**
出展日:8月10日
プリザーブドフラワーを使ったフラワーアクセサリーの販売

**7 kteoo____**
出展日:8月10日
レジンで作ったピアス、イヤリング、髪飾り、ネックレスなどのアクセサリ

**8 le repos d'un ange**
出展日:8月10日・11日・12日
アートフラワーやドライフラワーを使ったアクセサリーやリース、雑貨アレンジメントの販売

**9 Doi+**
出展日:8月10日・11日・12日
奈良県葛城市の鶏舎の中で自由に産んだ玉子を使用し、濃厚で無添加なプリン

**10 Champ de Fleurs**
出展日:8月11日・12日
スワッグやリース、オブジェやアロマワックスなど…お手頃で可愛いインテリアフラワーの販売

**11 果林食堂**
出展日:8月10日・12日
米粉・大豆粉・お豆腐でつくるグルテンフリーの大きなマフィンや焼き菓子の販売

**12 フレンチアップルパイ専門店エコノム**
出展日:8月10日・11日・12日
紅玉りんごの自然な味わいのフレンチアップルパイ

**13 nr.product**
出展日:8月10日・11日・12日
布と革とバッグの販売

**14 nakorin**
出展日:8月10日
アクセサリー類、天然素材にこだわったアロマワックスサシェなどのインテリア雑貨

**15 mirica**
出展日:8月12日
ドライフラワーをレジンで、おしゃれに可愛くアレンジしたアクセサリーなどの販売

**16 HACCI MOCK**
出展日:8月10日・11日・12日
個性的なイラスト&デザインのオリジナルアイテムの作品販売

**17 ブラウニー母さん**
出展日:8月10日・11日・12日
素材と製法に徹底的にこだわって健康を第一に考えたブラウニーの販売

**18 アトリエわっか**
出展日:8月11日・12日
ひとつひとつ手づくりにこだわって制作している革靴や革小物などの販売

## イベントアルバイトスタッフ募集！

シティライフが主催・運営する「ロハスフェスタ」「カレーEXPO」「ラーメンEXPO」などのイベントをお手伝いいただける元気なアルバイトスタッフを募集します。いっしょに地域イベントを盛り上げていきませんか？
定員になり次第締め切りますので、できるだけお早めにご応募ください。

下記フォームよりご応募ください。(QRコードからも応募できます)
後日、ご連絡致します。https://ssl.form-mailer.jp/fms/6f34c2e3494921

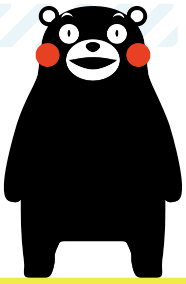
**仕事**:会場設営、誘導、受付、会場運営など　**時給**:1,000円(交通費別途支給・昼食付)
**お問合せ**:シティライフNEW イベント事業部　摂津市千里丘1-13-23　TEL06-6338-0641

## CLポイントアプリ 新規ダウンロードで会費がおトクに！！

CLポイントアプリは無料でダウンロードしていただけます。

「CLポイント」で検索してアプリをダウンロード。右のQRコードからアプリをダウンロード！使用方法を動画で確認もできます。※当日受付でクーポン画面をご提示ください。ロハスフェスタの当日会費が50円OFFに！(900円→850円) ※1端末につき1名まで

## くまモン



**ロハスフェスタ南港に登場！**

**8/11(日) ロハスステージ**
12:30～登場予定です！

©2010 熊本県くまモン 協力 熊本県大阪事務所

**開催日** 8/10sat. 11sun. 12mon. 10:00～17:00
※最終日のみ16時まで、入場証販売は終了時間30分前まで。
※イベント内容は予告なく変更になる場合がございます。

**場　所** インテックス大阪1・2号館[大阪市住之江区南港北1-5-102]

**会　費(入場証)** 当日券900円　前売券:700円 [小学生以下無料] ※障がい者手帳をお持ちの方ご本人と介助者1名無料。

**前売券はローソン・ミニストップ店頭Loppi、ローチケHP等で発売中。**
Lコード:55487　http://l-tike.com/
※前売券販売期間は、店頭以外の受付は8/9(金)22時まで、店頭での直接販売は8/9(金)23時59分まで

主催:ロハスフェスタ実行委員会　後援:環境省/大阪府/大阪市/国立研究開発法人宇宙航空研究開発機構(JAXA)/公益社団法人ゴルフ緑化促進会/一般社団法人ホビー協会　問合せ:ロハスフェスタ事務局(シティライフNEW内) 〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23　Tel.06-6338-0641　Fax.06-6368-3505
mail lohas-office@citylife-new.com　http://event.lohasfesta.jp
フェスタ開催中の会場の様子や様々な情報の発信をこのWEBやSNSでどんどん更新していきます！会場を回りながら要チェック！
https://www.facebook.com/LOHASFESTA　https://twitter.com/LOHAS_FESTA　LOHAS_FESTA　ロハスフェスタ　公式web QRコード

COOL CHOICE smart move 公共交通機関をご利用ください　開催中は駐車場が満車となり、周辺道路が大変混雑するとともに駐車場の入出庫に数時間かかる場合があります。

- コスモスクエア駅より徒歩約9分(西ゲートまでの循環バスあり)
- トレードセンター前駅より徒歩約8分中ふ頭駅より徒歩約5分

DENTAL CARE

# 意外と知らない歯の健康知識

歯は一生もの。だからこそ早めのケアを心がけましょう。

口腔機能発達不全症

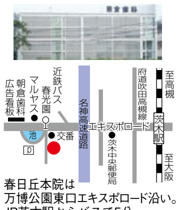
## 子どもの矯正治療開始時期はいつ?
## ～口腔機能発達不全症と咬合育成～

佐藤 典子 先生
朝倉歯科本院 副院長
マタニティ外来
小児歯科担当歯科医

平成30年より口腔機能発達不全症という新病名が保険診療になりました。噛む、飲み込む、話す、が上手くできない、口呼吸があるなどの状態が口腔機能発達不全症です。小児期はこの機能が成長発達途中にあり、正常な機能獲得ができているかを評価することが重要で、口腔筋機能療法(MFT)で改善できます。又、永久歯が正しく生え良い歯並びとなる為には、乳歯の萌出状態、顎の発育、口の中の状況を定期的に観察しながら咬合育成をします。小児期の歯列不正は早期に開始すべきか、経過観察するかはセファロで矯正診断の上、決めます。詳しくはかかりつけの歯科医院にご相談ください。


**朝倉歯科医院/本院**
かかりつけ歯科医機能
強化型診療所
大阪大学歯学部臨床研修施設
TEL.072-625-2001
茨木市南春日丘1-1-19
朝倉デンタルビル　春日丘交番隣り

(医)朝倉クリニック歯科(分院)
一般 矯正 小児 障がい者歯科
TEL.072-626-2006
茨木市駅前4-3-26
朝倉メディカルビル　養精中隣り




春日丘本院は
万博公園東口エキスポロード沿い。
JR茨木駅からバスで5分

**【歯科セカンドオピニオン外来】**
歯並び、矯正診療、噛み合わせ、歯周病、入れ歯、訪問診療、インプラント、CT画像診断、ホワイトニング、金属アレルギー、審美歯科などはお気軽にご相談ください。
歯の悩み相談は春日丘本院で院長が行っております。
0120-468-321
HP:http://asakura-dental.com


美容と健康は毎日の食事と正しい服薬から

# 薬食同源 和漢薬とハーブの話

第39回

文 笹川薬局 笹川悦子

この時期は湿気の多い少しけだるい空気に負けそうになりますね。そんな時思い出すのは梅雨の晴れ間に出かけた北摂の山里で、草の間を通り抜ける風を受けた小さな紫色の可憐な花姿です。

## ウツボグサと夏枯草(かごそう)

和名「ウツボグサ」は日本各地の日当たりの良い草地、畦、野原に見られるシソ科の多年草です。梅雨入りから晩夏にかけて草丈10㎝～30㎝にまでなり、全草に細かい毛があり、茎はシソ科の特徴である四角形をしています。紫の小花が部分的についたこの時期の状態が薬草としての採集に良い時期だと教わりました。名前の由来は昔の武士の矢を入れる武具「靫」に似ているところから名づけたといわれています。

薬草としての利用は、基原植物ウツボグサPrunella vulgaris Linné var. lilacina Nakai (Labiatae)の花穂の乾燥したものを生薬名「夏枯草」と称して、主にカリウム塩が多量に含まれています。漢方処方としての使い方には、夏枯草散、止涙補肝散などありますが、むしろ民間療法(カゴソウ単味)が多かったようです。また江戸時代には、葛根湯に夏枯草を加味して用いる家伝薬もあったようです。他方でこの薬草は英語名セルフヒール(selfheal)と呼ばれ、例えば英国のハーブ療法ではノドの痛みなどに煎液を使用する方法などが紹介されています。夏枯草、セルフヒール…いずれも先人の知恵、どこかに伝承しておきたいですね。

空が灰色に覆われた梅雨空、僅かな勇気をだして里山に向かった事があります。ところが一歩一歩、歩み始めると景色は段々あふれるように嬉しそうに、慈雨で緑を色濃くしている草木に見送られます。あ、少し雲が途切れた。元気出して前に進んでみましょう。

【ウツボグサ／Prunella vulgaris】

健康な暮らしを送ろう

# カラダの調子を整える


重度な外反母趾から軽度な外反母趾・巻き爪・足の痛み・むくみ など

## 放っておくと危険な「巻き爪」「外反母趾」は評判の"足指ソムリエ"が改善

外反母趾や巻き爪などの足のトラブルに、自己流のケアは禁物。ムリやり矯正や爪を切るなどして悪化させる場合は多く、脚をかばって歩くことで"不格好なO脚"や、寝たきりといった深刻な事態に発展することも･･･。同院の木方先生は、TVでも活躍中の「足指ソムリエ」。外反母趾・巻き爪施術の講師として他院の院長先生にも指導するほどの木方さんを頼り、沖縄・広島・静岡からわざわざ通う人も。「足や爪の形がコンプレックス」「足が痛くておしゃれな靴を楽しめない」悩み、まずは気軽に相談してみて!

その優れた施術手法で、業界内でも広く知られているエキスパート。技術協会の代表として、他院の院長にも専門施術を指導しており、TVやラジオなどメディアにも多数出演している院長の木方さん。足のトラブルは放置せず、重症化する前に相談してみて!

TV取材で外反母趾・巻き爪予備軍のお子さまに家でもできるゴルフボールエクササイズを指導している様子。

### 近畿圏初の矯正法 痛みの少ない手技療法

同院が行う手技による施術は、それぞれの症例に合わせた施術なので、痛みが少なく・施術効果が大きいのが特徴。72,000人もの施術経験をもとに、改善までをサポートしてくれる。

**改善エピソード**
外反母趾を長年治療せずに我慢しているうちに腰や背中にも違和感がでるように。足を調整していくようになって足の痛みや肩腰の痛みまで改善されました。(30代女性)

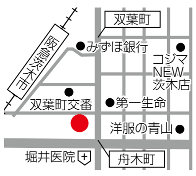
### 1度目の施術で痛みの解放を感じる人がほとんど

大阪初「インベントプラス療法」は認定講師のみが行える特許施術。その特徴は矯正力が高く、重度な巻き爪も改善でき、再発しにくいこと。他の施術方法ではダメだった人も来院しており、遠くは大分から通う人もいるほど。

**改善エピソード**
歩けないほどの痛みでしたが、一回目の施術で指の痛みがなくなり、歩いて帰ることができました。数回通い変形爪も正常形へ戻り、今ではオシャレな靴も履けて、自分の足が好きになりました。(40代女性)

[茨木]大阪外反母趾センター
**大阪巻き爪フットケア専門院**
**(ありがとう鍼灸整骨院内)**
茨木市舟木町5-3　シャルマン・コートモーリ1F
営／11時～14時、17時～22時
(土曜　9時～12時、16時～19時)
日曜祝日 定休
072-638-5777

外反母趾専用HP　巻き爪専用HP



近隣無料駐車場あり

**特　典**
新規の方・初回限定「シティライフを見た」と予約で
①外反母趾矯正が18周年記念特別価格!
- 片足(30分)……… 8,600円→3,000円
- 両足(60分)……… 16,200円→4,500円

②巻き爪矯正が18周年記念特別価格!
- 1指……… 15,000円→4,500円
- 2指……… 26,000円→6,000円
- 初診料(①②)……… 1,100円→無料

詳しくはWEBでチェック!　※要予約(8月末まで)


笑顔のみなもと みんなのよしもと

北摂とその近隣で行われる吉本のイベント情報コーナー!

## よしもとお笑いライブ in 豊中2019 夏

夏休み特別キャンペーン
①5名様以上の連番でご来場のお客様全員に、オリジナルひんやりタオルをプレゼント!
②ご来場のお客様全員を対象に、出演者のサイン色紙を抽選でプレゼント!

CAST
新喜劇:辻本茂雄、平山昌雄、アキほか
漫　才:中川家、スーパーマラドーナ、藤崎マーケット、吉田たち、祇園、もりやすバンバンビガロ

辻本茂雄　平山昌雄　アキ
中川家　スーパーマラドーナ　藤崎マーケット
吉田たち　祇園　もりやすバンバンビガロ

**City Life 読者限定**
対象公演：8月28日(水) 開演19時
開　　場：18時半
会　　場：豊中市立文化芸術センター
大ホール(豊中市曽根東町3-7-2)
阪急曽根駅より徒歩約5分
※5歳以上有料。4歳以下は膝上のみ無料。
但しお席が必要な場合は有料。
金　　額：前売り4,500円→4,300円
(全席指定・税込)
受付期間：7/22(月)10時～8/26(月)18時
電話予約：0570-02-9999
Pコード：599-394 ※お客様手数料0円

※都合により出演者が変更になる場合がございます。

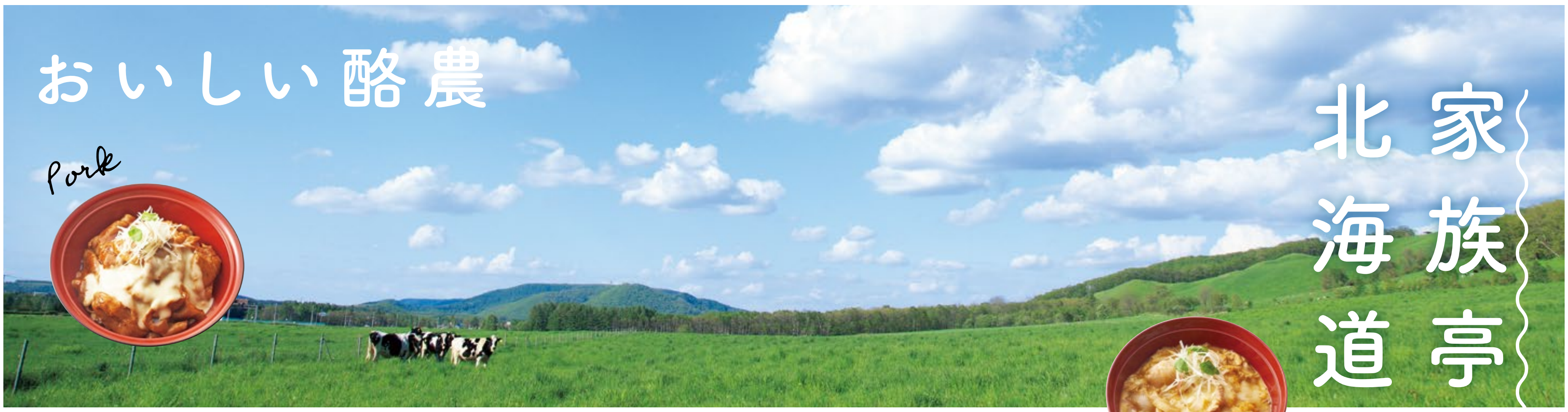

From CityLife

**ライター・カメラマン・イラストレーター**
**フリーランススタッフ募集**

弊紙CityLifeで活躍してくれるフリーランスのスタッフを募集します。地元の魅力を伝えるための情報紙であなたの力を活かしてください。

［ 取材エリア ］ 神戸市(中央区・灘区・東灘区)　阪神間(西宮・芦屋)
大阪北摂エリア(高槻・茨木・摂津・吹田・豊中・箕面)
［ 応募資格 ］ 高卒以上20歳～40歳位まで。募集職種の経験が3年以上ある方(編集・ディレクター経験のある方歓迎)
［ 募集職種 ］ ライター・カメラマン・編集(ディレクター)・イラストレーター
［ 応募方法 ］ 下記URLかQRコードよりエントリーください。
http://company.citylife-new.com/c238.html

**こんな人を求めています**
取材力、文章力はもちろんですが、企画立案、紙面構成を考えたり、ディレクションができる方を特に求めています。もちろん、グルメ、ヘアサロン、エステ、教育、子育て、住宅関係など、専門性の高いライティングができる方も大歓迎。まずは採用応募フォームからお申込みください。
※ご依頼の際は編集部より改めて連絡いたします。




# 家族亭 北海道で味わう 十勝・帯広の恵み

十勝・帯広の野菜や乳製品を中心に、夏の北海道の魅力をたっぷり味わえる、家族亭の「北海道フェア」。バイヤーが現地に足を運び、選び抜いたチーズ・牛乳（アイス）などの酪農食材と、とかちマッシュやコーン、ブロッコリーなどの野菜のおいしさを存分に味わってください。

**北海道ホエイ豚のチーズ丼セット 1,458円**

**中札内田舎どりのチーズ親子丼セット 1,167円**

**北海道天ざる 1,296円**
（鮭、ホタテ、マチルダ（じゃがいも）、ブロッコリー、ミニトマト、コーン等）

9/1(日)まで開催中!

## 旨味がギュッと詰まった とかちマッシュのおいしさを堪能

「夏の北海道　十勝・帯広の恵み　おいしい酪農」と銘打った今回のフェア。その中でもとくに味わってほしいのが「とかちマッシュ」です。ばんえい競馬場の厩舎の麦わらを使った最高の堆肥を菌床に育ち、清流で名高い札内川の伏流水を使用して、栽培されています。その特徴は味の濃さ。名だたる料理人に採用されているその旨味を天ぷらでお楽しみください。また、チーズづくりの過程で出る生きた乳酸菌や乳糖を含んだ「ホエイ」を飲んで育った北海道ホエイ豚や、飼料に地養素（海藻、よもぎ粉末など）を与えられた中札内田舎どりも丼セットで登場。くさみのない、肉のおいしさとチーズとのコラボは、そばとの相性も抜群です。

マッシュルームは約90%が水分。栽培には水が重要なので清流で名高い札内川の伏流水を使用しています。他のきのこと違い、香りにクセが少ないためお子様やきのこが苦手な方でも食べやすくなってます。

とかちマッシュと北の恵み

左）日高山脈からの清冽な水が流れる札内川。地下には伏流水が豊かに流れています。
右）収穫したマッシュと鎌田きのこの菊地社長。

魅力をさらにPick Up

## 他にもジャージー牛のアイスや十勝チーズケーキも要チェック

お食事のあとは、北海道ならではのデザートもご用意。十勝のジャージー牛は乳脂肪率が高くコクのある味わいが特徴。その濃厚なおいしさを生かしつつ、さっぱりとした口当たりに仕上げたフローズンヨーグルトアイスは、天ぷらや豚丼の後にぴったり。またチーズケーキは、十勝のクリームチーズを使用した家族亭オリジナルの濃厚なチーズケーキ。本格珈琲やお好きなドリンクと一緒にゆったりとどうぞ。夏休みは家族や友人とおいしい北海道を味わってください。

濃厚なのにさっぱり。北海道ならではのおいしさをぜひ。ジャージー牛のフローズンヨーグルトアイス411円。

十勝クリームチーズのチーズケーキセット605円（単品は497円）。※数量限定


## シティライフ読者限定クーポンが使えるお店

**家族亭は北摂に10店舗！ぜひ近くのお店へ**

詳しくはこちらへ

**池田店**
阪急ブランマルシェ2番館 2F
（阪急池田駅直結）

**阪急岡町店**
TiO阪急岡町
（阪急岡町駅直結）

**みのおキューズモール店**
みのお キューズモール
EAST-2 3F

**千里中央店**
千里朝日阪急ビル2F
（モノレール千里中央駅すぐ）

**阪急山田店**
デュー阪急山田2F
（阪急山田駅直結）

**南千里店**
トナリエ南千里2F
（阪急南千里駅直結）

**江坂店**
カリーノ江坂B1F
（東急ハンズ下）

**茨木店**
茨木市上穂積1-3-61
（府道吹田高槻線
茨木警察北200m）

**阪急茨木店**
ロサヴィア2F
（阪急茨木市駅直結）

**川西能勢口店**
ベルフローラかわにし
イースト2F
（阪急川西能勢口駅すぐ）

**阪急梅田駅周辺でも6店舗展開中**

- 梅田阪急三番街店
- 梅田阪急グランドビル店
- 梅田茶屋町店
- 梅田地下街店
- 梅田ナビオ店
- 花旬庵 ヨドバシ梅田店

※クーポンは上記の店舗でご利用いただけます。　※「北海道フェア」は一部実施しない店舗もございます。　※店舗により、販売価格が異なる場合がございます。

**シティライフ読者限定クーポン**
店内ご飲食の方、100円OFF　2019年8月末まで
※お一人様800円以上ご飲食の方、税抜価格より100円値引きさせていただきます。　※本券1枚でグループ全員ご利用いただけます。　※他の値引・割引・優待との併用はできません。
※お会計の際に係の者にお渡しください。
家族亭

**シティライフ読者限定クーポン**
店内ご飲食の方、100円OFF　2019年8月末まで
※お一人様800円以上ご飲食の方、税抜価格より100円値引きさせていただきます。　※本券1枚でグループ全員ご利用いただけます。　※他の値引・割引・優待との併用はできません。
※お会計の際に係の者にお渡しください。
家族亭

**シティライフ読者限定クーポン**
店内ご飲食の方、濃厚お抹茶プリンサービス　2019年8月末まで
※梅田阪急三番街店、梅田地下街店、江坂店では取り扱いがございません
※お一人様800円以上ご飲食の方、抹茶プリンをサービスさせていただきます。　※本券1枚でグループ全員ご利用いただけます。　※他の値引・割引・優待との併用はできません。
※ご注文の際に係の者にお渡しください。
家族亭

## 北摂のおすすめグルメ

＼ グルメの街で　見つけた　絶品Menu ／

Gourmet

## 職人技が光る和食の数々 極上の肉厚鯖棒寿司に舌鼓

NEW OPEN

4月にオープンした本格和食をリーズナブルに提供する隠れ家和食処。人気の天ぷら御膳はもちろん、通も唸る鯖の棒寿司は肉厚で脂のりも良く、口の中で一気に旨みが広がる。「各御膳は夜でも愉しめるため、お気軽にぜひ」とのこと。席に限りがあるため予約がベター。

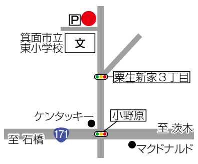
（上）鯖棒寿司御膳は天ぷら、茶碗蒸しなどもついて大満足。食後にはデザートも。持ち帰り鯖棒寿司は1本1,600円。（左）イラストが描かれた外観が特徴。

**Menu**

昼・夜共通メニュー
- きずし御膳 …… 1,100円
- 天ぷら御膳 …… 1,300円
- お造り御膳 ……… 1,500円
- 鯖棒寿司御膳 … 1,600円

コース（予約制）
雪………3,000円／月………4,000円／花……… 5,000円

**和み処 一彩**
**〈いっさい〉**
箕面市粟生新家5-6-14
営／11時半~15時（LO14時）
17時半~22時（LO21時）
木曜・第3水曜定休　禁煙
P3台あり
**080-5327-0131**
**https://foodplace.jp/issai/**



## 大阪府中央卸売市場仲買直営 暑い夏も「海鮮ランチは銀蔵でしょ」

箕面駅前店の1周年記念で、小野原本店とともに感謝の気持ちを込めて8/24（土）、25（日）は創業祭を開催、3つの特典が登場。通常ランチの定食を1,000円で提供!店内販売の商品はすべて10%オフ。さらに8/24駅前店限定「卸値市」で天然赤カラスエビなど100円均一（店内販売は対象外）に!8月もスタミナ一番の鰻と天然鱧は継続中!

（上）左下から反時計回り鰻丼W定食1,800円（通常1,200円）、鱧定食1,580円、定食セットのみそ汁、刺身など、単品の鰻白焼き、たこ唐揚げ。（左）鰻重弁当1,200円。レンジ対応。

**Menu**

1周年記念 8/24,25限定で下記メニューは昼夜ともに1,000円に
- 本日のお造り定食
- 本マグロ定食
- 本日の天ぷら定食
- 釜揚げしらす丼定食
- 天丼（えび）・穴子丼
- 海鮮丼定食
- 生サーモン丼定食
- 鰻丼定食
- 天然えびフライ定食
- ハーフ丼（えびと穴子）

**銀蔵**〈ギンゾウ〉
営／昼10時（箕面駅前店は11時）～15時（LO14時半）
平日夜 18時～21時半（LO21時）日祝夜 17時～21時半（LO21時）
土・祝日前夜 17時～22時（LO21時半）

【小野原本店】
箕面市小野原東5-2-1
Pあり　禁煙
**080-1400-3527**

【箕面駅前店】（予約可）
箕面市箕面6-4-24サンクスみのお105
Pなし（近隣に有料Pあり）　禁煙
**080-3846-7899**

## リニューアルオープン記念で 料理全品20%OFF イタリアン×しゃぶしゃぶ融合

江坂で大人気だった創業35年の老舗イタリアンが、西中島店をリニューアルして、しゃぶしゃぶ×イタリアンの新ジャンルのお店を展開!お薦めは、野菜とスネ肉を6時間煮込んで作った自家製「コンソメしゃぶしゃぶ」。伝統のトマトソースを隠し味にした、まろやかでコクのある特製ごまだれとの相性抜群。大人気の卵黄トリュフソースは、お肉の旨味を香り高く引き立たせる。〆はモチモチ生パスタ!単品メニューも充実なので、一人でも友達や家族とでも楽しめる。

産地直送野菜を使ったイタリアンならではの前菜も魅力。

先代の意思を引き継ぎ、本物の味を知る若手シェフがこだわりの料理とワインでおもてなし。

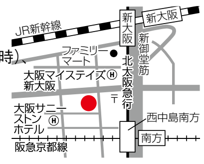
**Menu**

- アスペルジュコース（イタリア前菜盛り合せ、黒毛和牛特上サーロイン70g、三元豚肩ロース40g、卵黄トリュフソース・特製ごまだれ、新鮮野菜盛り合せ、本日のパスタ、本日のドルチェ、コーヒー又はハーブティ） …… 3,400円
- 名物コンソメしゃぶしゃぶコース（イタリア前菜盛り合せ、肉3種盛り、コンソメしゃぶしゃぶ、卵黄トリュフソース+イタリアンごまだれ、本日のドルチェ、コーヒー又はハーブティー） … 3,580円

**特典**

この記事持参で
- 料理全品…**20%OFF**　（ドリンクは除く、8月末まで）

ワインと美味しい一人鍋
**アスペルジュ**
大阪市淀川区西中島4-4-25
フルーレ新大阪1F
営／平・祝日:11時半～14時半（LO14時）、
17時45分～22時（LO21時半）
土・日:17時45分～22時（LO21時半）
禁煙
**06-6304-4793**



## 今が旬のハモを味わおう 期間限定「山の夏定食」が人気

目の前で揚がった天ぷらを順番に提供してくれる天ぷら定食専門店。おすすめは「山の夏定食1,100円（写真左）」で海老やハモなど6種類が楽しめる内容だ。+100円で追加できる「そば」も人気で、吹田グリーンプレイス店では、定食に小そばを追加するか、ご飯の替わりに大そばにするかを選べる。箕面本店では小そばが10時～15時まで、大そば平日15時以降の提供。

箕面本店

吹田グリーンプレイス店

**Menu**

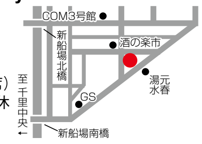
- 野菜定食（季節の野菜7種）690円
- 海老定食 ……………… 730円
（海老・キス・イカ・野菜3種）
- 山定食 ………………… 930円
（海老・キス・イカ・豚ロース・野菜3種）
- 穴子定食……………… 950円
（穴子一本揚げ・キス・イカ・野菜3種）

**特典**

この記事持参で
**蒸しプリンをサービス**
（平日のみ、※8/13～16除く、数量限定,箕面本店のみ、8月末まで）

**天ぷらの山**　http://yama-yama.com/

【 箕面本店 】
箕面市船場東3-9-2-1F
営／10時～21時（LO20時半頃）
全62席（カウンター38席、テーブル4席）
店舗前専用駐車場全11台　不定休
**072-730-2290**




【 吹田グリーンプレイス店 】
吹田市片山町2-3-3
営／11時～21時（LO20時半頃）
全45席（カウンター21席、テーブル4席）
施設内駐車場有　不定休
**06-6389-1190**

## 地元で話題の一豊　人気定食が リニューアルしてさらにお値打ち

上:活〆鯛かま定食[鯛のお刺身、鯛のかま(焼・煮・蒸のいずれか1品)小鉢3種、ごはん(昼のみ十六穀米or白米)、味噌汁、香の物]左下:天然三種の海老定食[赤海老とぼたん海老のお刺身、天然海老の天ぷら、小鉢3種、ごはん、味噌汁、香の物]右下:活〆鯛しゃぶ(1.5人前1,380円、稲庭うどん付き)

口コミが広がり、地元で話題の一豊。毎日大阪中央卸市場直送で様々な魚が味わえる。「活〆鯛かま定食」は、毎日朝〆した鯛なのでコリコリした食感も味も別格!その人気の刺身と、鯛のかまを煮る・焼くに加えて酒蒸しが選べるように!日本酒と一番出汁で蒸した鯛は上品な甘さが増し、ポン酢であっさりいただける。「天然三種の海老定食」はボリュームアップでリニューアル!天然赤海老2尾、天然ぼたん海老2尾の刺身に天然ブラウン海老2尾の天ぷらとまさに海老づくし。単品でも新発売が!名物鯛出汁スープで食べる鯛しゃぶ。淡路島産の玉ねぎとの相性抜群、ぜひ締めの一品に。

**Menu**

- 活〆鯛かま定食 …… 1,300円
- 三種の海老定食 …… 1,500円
- 昼のみ定食(全8種) …… 1,000円
- 季節の旬魚コース(前菜3品、季節の一品、お造り5種、焼物又は煮物、茶碗蒸し、揚げ物、お食事、デザート) … 3,200円

※全て税別　※詳しくはホームページにて

**魚食処　一豊 服部緑地公園店〈かずとよ〉**
吹田市春日1丁目1-1
TATSUMI緑地公園101
営／昼11時～15時(LO14時45分)
夜17時～22時(LO21時45分)
月曜定休(月曜が祝日の場合翌火曜休)
駐車場3台あり　禁煙(店外に灰皿)
06-4798-5113
http://ichi-ho.co.jp

## 18種類からメインが選べて パンケーキとドリンク付の 読者限定セットが新登場

読者限定セット 1,500円(税別)
18種から選べるメイン、パンケーキ、ドリンク。
写真はロコモコ、ガーリックシュリンプペペロンチーノ、やわらかモチコチキンカレー。

7月からシティライフ読者限定でお得なセットが登場!メインは「ハワイアンロコモコ」「サーモンポキボウル」「アヒポキボウル」「ヘルシープレート」などハワイアンプレート他4種、オリジナルカレー5種、生パスタ3種、バケット付きサラダ2種といった18種からメインを選べてパンケーキとドリンクもついてなんと1,500円(税別)。最大360円安くなるお得な内容なので、ぜひ利用してみて(注文時にシティライフを見たで特別メニュー表が出てくる)。

7月25日からロコモコフェアを開催!

**Menu**

- テリヤキハンバーガー 980円
- ロコモコプレート 1280円
- モチコチキンカレー 1280円
- ガーリックシュリンプペペロンチーノ 1180円

**特典**

「シティライフを見た」で
- 読者限定セット 1,500円 (18種類から選べるメイン、パンケーキ、ドリンク)

(8月末まで)　※価格は税別

**サンマハロ箕面小野原店**
Hawaiian&CurryRestaurant
箕面市小野原西3-28-19
営／11時～22時(LO21時半)無休、P20台　インスタもチェック
072-737-7888　サンマハロ facebook で検索

# 弁当・オードブル 宅配専門店

法要や慶事からちょっとした
集まりまで、さまざまなシーンで
ご利用いただける近江牛などを中心に
お肉にこだわったお弁当やオードブル
をご家庭や職場までお届けします。

※お弁当のご注文は合計10,000円以上から承ります。
配送料はかかりません。

黒毛和牛のヘレステーキ膳
2,500円(税別)

「お盆・ご家族の集まりに」

肉割烹 たから 2,389円(税別)
お引き取りなら1個からでも可(要前日までの予約)

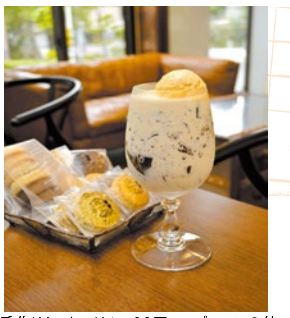
おもてなし肉料理
**中乃屋**
吹田市山田東1-9-1
受付／平日10時～18時
TEL 06-6170-5114
FAX 06-6170-5140
詳細はこちらへ
中乃屋 弁当 で検索

From CityLife

## CityLifeはココに設置しています

設置場所の情報はwebからご覧いただけます。右記QRコードかホームページからチェックすることができます。
CityLife で検索

## 暑い季節にぴったり飲むデザートが登場 8/19～8/24は2周年で来店プレゼントも



手作りクッキーは1つ90円～。プレーンの他、チョコナッツ、紅茶など種類あり。

今月のデザートは自家製のコーヒーゼリーとアイスが入ったフロート。甘さ控えめで、カフェオレ感覚で楽しめる。甘いのが好みの人はフレーバーシロップで味変も。他にもダッチコーヒー(水出し珈琲)など充実。お得なドリンクやサラダ付きのパスタセットは1,000円～。

寛ぎのひとときを過ごせる穴場カフェ。

**Menu**

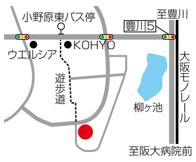
- コーヒーゼリーフロート …… 700円
- ケーキセット…… 900円～

お代わりブレンドコーヒー200円

**特典**

「シティライフを見た」でセットメニュー注文で飲食代10%OFF
(8月末まで)

**Bor Cafe〈ボルカフェ〉**
箕面市小野原東6-29-1
営／9時～17時、日曜定休
夏季休業(8/11～8/18)
Pあり
072-768-8881
instagram@borcafe




## 好みのスイーツを食べ尽くそう 熱々パスタや限定メニューも好評

美味しくて楽しいスイパラが創業当時の価格1,000円で営業中！定番のショートケーキから季節のケーキ、ゼリーに和菓子まで多彩なスイーツ約30種類がずらりと並ぶ。アツアツの自家製生パスタやカレーなども人気！

あの「ハーゲンダッツ」とイタリアンジェラート協会認定の「イルジェラート」30種類が特典で食べ放題に!!

**Menu**

- 大人(中学生以上、50分)…… 1,000円
- 大人(ドリンクバー付、70分)…… 1,204円
- 小人(4歳～小学生、ドリンクバー付) …… 797円
- 3歳以下…無料

※全て税別

**特典**

この記事持参で大人ドリンクバー付ご利用の方は、ハーゲンダッツ・イルジェラート**食べ放題サービス**
(8月末まで)

**スイーツパラダイスファクトリー**
吹田市千里万博公園2-1
ららぽーとEXPOCITY 1F
営／11時～22時(LO21:30)　無休
P4,100台　禁煙
06-4860-6453

## 海を望む会場でゆったりロハスな時間を

海がキレイな明石海峡公園で開催するロハスフェスタ淡路島。会場には手作り雑貨を中心に、グリーン、アンティーク、アクセサリー、健康的なグルメなどロハスなアイテムがいっぱいです。
淡路島でハワイ気分を満喫できる楽しいブースや、世界のいろんな問題の解決を目指す「SDGs」コーナーも必見。
美しい島で始まる4回目のロハスフェスタ淡路島で、笑顔あふれる時間を一緒に過ごしましょう。

**場所** 淡路島 国営明石海峡公園 芝生広場(兵庫県淡路市)
**日時** 10.12(土).13(日).14(月・祝). 9:30～17:00 (入場証販売は16:30まで)
雨天決行　※荒天により中止になる場合があります。
**会費(入場証)** 500円 ※小学生以下無料 ※障がい者手帳をお持ちの方ご本人と介助者1名無料。※別途公園入園料(大人450円・65歳以上210円・中学生以下無料)が必要 ※公園入園料を含むセット券 大人800円・65歳以上700円
**主催** ロハスフェスタ実行委員会　**共催** 公益財団法人兵庫県園芸・公園協会
**問合せ** ロハスフェスタ事務局(シティライフNEW内)
〒566-0001 大阪府摂津市千里丘 1-13-23 Tel.06-6338-0641 Fax.06-6368-3505

※イベント内容は予告なく変更になる場合がございます。　ロハスフェスタ 検索　LOHASFESTA　LOHAS_FESTA　ロハスフェスタ

**SDGsが達成された社会を目指すために、ロハスフェスタでは、さまざまな取り組みを行っています。**

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

リサイクル資源をお持ちください
ロハスフェスタでは下記資源を回収しています。
□牛乳パック　□ダウン　□使用済み天ぷら油　□古本　□紙袋

マイ食器・カトラリー、マイボトル、マイバッグを持参ください。
レジ袋&ストローは環境へ配慮し、使用を差し控えております。

COOL CHOICE smart move　公共交通機関をご利用ください　開催中は駐車場が満車となり、周辺道路が大変混雑するとともに駐車場の入出庫に数時間かかる場合があります。

# &COOLな夏グルメ

## 完熟桃の贅沢な味わいを

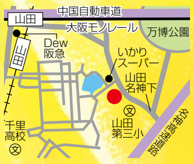
ペシェ・パルフェット 600円（※税別）

ジューシーな完熟桃を1個丸ごとデザートに仕上げた逸品。瑞々しい爽やかな甘さがフレッシュチーズ、カスタードクリームと口の中で見事なハーモニーを奏でる。桃がなくなり次第終了。電話でのご予約は前日までに！

**特典**
「シティライフを見た」で
1,000円以上ご購入の方に焼き菓子サービス（8月末まで）

### Friandise パンケーキカフェドゥドゥ〈フリアンディーズ〉

吹田市山田西3-57-18
営／10時～20時　月曜定休
カフェ：営／11時～18時半L.O.
　　　月・木曜定休
P有　禁煙
**06-6878-2522**
**https://www.friandise.jp/**



和歌山の完熟桃をふんだんに使ったふわぁふわぁパンケーキ（1,100円～※税別）

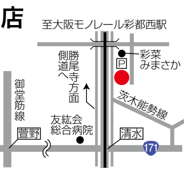
## 舌触りなめらかジェラート

ジェラートシングル 380円～（ダブル 450円～）

独自製法のイタリアンジェラートは素材の味が際立ち、舌触りもなめらか。定番＆季節限定を含め常時7~10種のジェラートのほか、夏らしいゴロゴロ果実を使ったドリンクも登場。夏のお出かけにもピッタリ！

### Heartful 箕面彩都店
〈ハートフル〉

箕面市彩都粟生南1-16-26
営／9時半～18時
月曜定休　Pあり　禁煙
**072-727-3780**
**https://www.facebook.com/Heartful.minoh/**



箕面彩都店は新たにカフェスペースもオープン。ゴロゴロ果実のフルーツソーダ（680円）やシェイク（650円）もオススメ！

6種の凍ったフルーツに、7種のシロップと6種のアイスティーを組み合わせて作るフローズンフルーツアイスティー。+200円で焼き菓子セットにすることもできる。11時～17時（イートインは14時～）のカフェタイムのみの提供。テイクアウトも可。

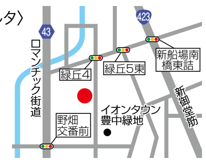
## 42種類の組合せオリジナルドリンク

フローズンフルーツアイスティー 600円（税別）

**特典**　「シティライフを見た」で
● サマーランチセット1,600円
（サラダ、パスタ、パン、ドリンクビュッフェ）ご注文につき
小学生までのお子さん1人パンビュッフェ無料
（7/22～8/10まで）

### Bakery & Cafe Dining RACCOLTA〈ラコルタ〉

豊中市西緑丘3-26-23
営／ランチ：11時～14時（LO）
　　カフェ：15時～17時（LO）
第1火曜定休　P13台有り
**06-6840-7772**



セットの焼き菓子はスコーン、レモンケーキ、マーブルケーキ、クグロフなど6種から選べる

## ひんやりフルーティわらびもち

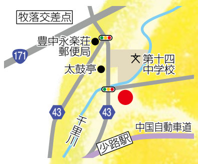
フルーツわらびもち「わらびぼうや」100円

一つひとつ丁寧に手作りされる和菓子が人気の喜楽。1日で2,800個完売したどら焼きで有名な同店から夏にぴったりな新作が登場。フルーティなわらびもちを凍らせ、半溶けでも楽しめる新食感がたまらない。1本100円というお手頃価格もうれしい！

**特典**　この記事持参で、500円以上お買い上げの方
自家製あんのどら焼き1つプレゼント
（8月末まで）

### 和菓子処 喜楽
〈きらく〉

豊中市西緑丘3-13-12
営／10時～19時
火曜定休　Pあり　禁煙
**06-6335-4313**




「わらびぼうや」はぶどう、みかん、抹茶、りんご、マンゴー、カルピスの全6種。1本100円。

## 桃のみずみずしい甘さ×ローズの香り

ピーチローズカフェ 580円

栄養士オーナーによる女性専用のカフェサロン。ランチの特製キッシュプレートも人気だが、昨年好評だったピーチローズパフェが今年も登場。トルコの最高級のバラ「ダマスクローズ」の香りといろいろな食感が楽しめる贅沢な一品だ。

カフェはテイクアウトも充実。エステサロンも併設し産後の骨盤ケアなどママたちを支える場ともなっている。

### CHAINON〈シェノン〉

豊中市千里園2-1-93
カフェ：営／火~金 10時～15時
（ランチ11時～14時）
サロン：営／月~土
（日祝は相談可）
10時～18時
託児可能　火~金
月・土はサロン隣のP使用可
**06-7509-4323**
**https://www.chainon-cafe-salon.com/**

## ジューシーなマンゴーとふわふわかき氷

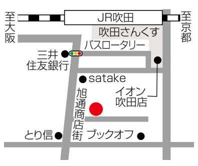
マンゴーココナッツ 980円

宮崎県産マンゴーをふんだんに使った贅沢かき氷。果肉たっぷりマンゴーソースに、コクのあるエスプーマが良いアクセント。中には自家製ココナッツプリンも入っている。

**特典**
この記事持参で
コーヒーor紅茶1杯サービス
（8月末まで）

### 古民家カフェ 七海
〈ななみ〉

吹田市朝日町17-17
営／10時～18時
年中無休
**050-5306-6710**
**https://www.nana-mi.net/**



# 食欲をかきたてる HOT

痺れる旨さ！
スパイシー麻婆豆腐 750円(税別)

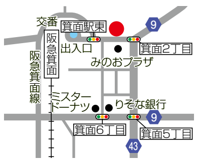
## しびれる辛さに リピーター続出

朝挽き自家製スパイスを使用した数々のスパイシーな料理を世に放ち続けている同店。ランチで人気のキーマカレーをベースに10種類以上のスパイスと痺れる辛さの花椒（ホワジャオ）で仕上げた麻婆豆腐はクセになる一品。「樽生」箕面ビールとの相性も抜群！

特 典 「シティライフを見た」で、麻婆豆腐ご注文の方、お好きなドリンク（箕面ビールはスモールサイズ）をサービス（8月末まで）

### 北摂スパイス研究所

箕面市箕面2-1-34
ランチ／11時半～15時
（LO14時半）木曜定休
ディナー／17時～24時
（LO23時半）定休なし
禁煙（外に喫煙スペースあり）
072-735-7799
詳しくは公式SNSで 北摂スパイス研究所 で検索




昼は限定カレープレート、夜はコースや飲み放題も充実。駅徒歩1分という好立地もうれしい。

祖母の代から続く北摂の有名焼肉店で、20年以上修行を積んだ店主が腕を振るう。一番人気は超特大ジャンボロース！きめ細かい肉質で旨味が濃い。驚くほどさらっとした秘伝のタレを付ければ、脂の甘みがさらに引き立つ。

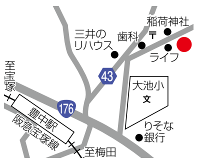
## デカくて肉厚 特大ジャンボロース

ジャンボロース(150g) 1,800円

特 典
「シティライフを見た」で
ワンドリンクサービス（8月末まで）

### 焼肉 grandma 〈グランマ〉

豊中市本町6-1-3
営／17時～23時（L.O.22時半）
火曜定休　禁煙
提携Pあり（1時間無料券発行、要連絡）
06-4867-4300
Insta：yakiniku.grandma1129




イチボ、ランプなど希少部位も揃う。ユッケ（1,500円）もおすすめ。

## ハマる人続出 ファイヤーシュリンプ

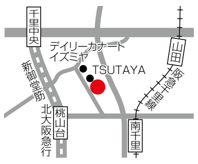
ファイヤーシュリンプ 790円

創作和食居酒屋として評判の同店。お得な定食以外にも、ワイワイするときに頼みたいのがこのファイヤーシュリンプ。ガーリックシュリンプの本場、全米でNo.1のレシピを完全再現。ピリリとアクセントが効いてて、ビールとの相性もバッチリ。小学生以下には100円でドリンク飲み放題、完全個室の掘りごたつも完備で子連れ・3世代でも気軽に集える。

特 典 この記事持参で
- ［昼のみ］980円以上のご膳…100円OFF
※1グループ全員OK／セット除く／他券併用不可
- ［夜のみ］お会計より…10%OFF
※割引上限1,000円／他券併用不可
（8月末まで　※8/9～8/18は特典利用不可）

### ごちそう村 豊中上新田

豊中市上新田4-29-3
営／ランチ11時半～15時（LO14時半）
ディナー17時～23時（LO22時半）
金土祝前日は～23時半（LO23時）
※お盆8/9～8/18はランチ14時半まで、ディナー23時まで　Pあり
06-6155-4147




マンゴーの果肉たっぷり、人気のデザート！たっぷりマンゴーとオレンジゼリーパフェ450円
※全て税別

## サクットロ～ スパイシー カレーパン

オーガニックホールトマトを使って4時間煮込んだスパイシーカレーと半熟ゆでたまごがパンに包まれた絶品カレーパン！外は特製のこだわり衣で時間が経ってもサクサクおいしくクセになる。数量限定。

カレーパン 232円(税別)

特 典 この記事持参で
- 14時以降のイートインに限り
カフェセットのドリンク半額！（8月末まで）

### Bakery & Cafe Dining RACCOLTA〈ラコルタ〉

豊中市西緑丘3-26-23
［ベーカリー］
営／9時～18時
第1火曜定休　P13台有り
06-6840-7773

高級食パン『松』
741円（税別）
全ての工程と素材にこだわった高級食パン『 松 』。すべてにおいて最上級。まずはそのまま食べてみて。

和牛5種盛 2,700円

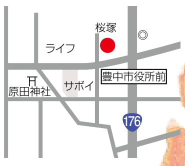
## 黒毛和牛の 極上5種盛

和食歴約20年の腕利き店主が厳選した和牛肉を提供する隠れ家焼肉店。上バラ、上カルビ、ランプ、イチボなどの贅沢な5種盛はまさにお値打ち！コスパの良さでリピーターも多い。シメやランチで食べれる焼肉店ならではの牛すじカレーもオススメ！

特 典 「シティライフを見た」で
- 昼はソフトドリンク無料
- 夜は和牛5種盛2,700円→2,500円（8月末まで）

### 焼肉 たか

豊中市中桜塚2-18-12 藤本ビル1F
営／11時半~14時　17時~22時半
ランチ営業は日月火のみ
木曜・第3水曜定休
06-6151-3629
https://yakinikutaka.owst.jp/




ランチでは牛すじカレー（手前・750円）とステーキランチ（奥・900円）が人気！

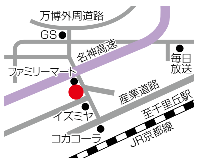
## ジュワっと スパイシー

高槻に本店を構える本格的なカレーとナンを提供する同店。ネパールの本場のカレーもさながら、土釜の炭による遠赤効果でチキンの旨みを閉じ込めたタンドリーチキンはやみつき必至！ディナー時のみ注文可だが一部ランチでは1/2ピースがセットに。

タンドリーチキン 1ピース 500円
（2ピースから・ディナータイムのみ）

### カトマンドゥカリー PUJA吹田〈プジャ〉

吹田市山田南30-15
営／ランチ 11時～15時
ディナー 17時半～22時（LO）
月曜定休（祝日は営業）　P9台
高槻・宝塚・三田・六甲・甲子園にも店舗あり
06-6816-1366
https://puja.ne.jp/




ランチセットでは+200円で通常のナンからチーズナン変更可能！

HOKUSETSU GOURMET

北摂の美味しいお店226店掲載

# 北摂グルメ

## 情報紙「CityLife」の総力取材でつくった一冊

前号の「北摂グルメ」から約1年半を経て、北摂グルメシリーズの13冊目となる「北摂グルメ街歩き」が8月6日(火)に発売します。今回は「新店」「インスタ映え」「ロケーション」といった様々な切り口で北摂のグルメ情報を掲載。さらに、グルメ情報だけでなく、美術館、博物館、観光スポットといった地元ならではの魅力も紹介し、保存版として手元に置いておきたくなるような一冊になっています。

紹介しているグルメ店は226軒。カフェやパン、スイーツからイタリアンや肉、中華などバラエティ豊富なラインナップ。「こんなお店があったんだ。」と、新たな発見がきっとあるはず。まだまだ知らない北摂のグルメ情報をお届けします。

8月6日
発売

※表紙はイメージです

お近くの書店・スーパー・
コンビニでお買い求めください。
780円[税別]

### 美しさの小旅行 至福のコース料理

前菜からメインまで、確かな技とセンスで独自の世界観を表現。熟練のシェフが奏でる至福の美食体験をお愉しみください。

[ Course Menu ]

### 北摂のニュースタンダード

[ New Standard ]

カフェやパン、スイーツにイタリアン…個性豊かなグルメ店で賑わう北摂。緑に溢れるロケーションを活かしたカフェをはじめ、高感度な新店も続々とオープンしています。一方で、路地へ足を運べばディープな世界が広がる裏服部など、盛り上がりをみせる穴場スポットも多数。

### 繊細な手仕事が光る 和の世界

上質な素材を、一つひとつ丁寧に。職人が魅せる繊細な手仕事と、心和む優しい味わいに注目です。

[ Japanese ]

### 毎日食べたくなる魅力的なパン

生地にこだわった食パンや愛らしいルックスのこっぺぱん…トレンドを取り入れながらも、個性的なスタイルをみせるベーカリーに注目です。

[ Bread ]

### アレもコレも食べたい 魅惑のスイーツ

[ Sweets ]

実力派パティシエが作るパフェやケーキにフルーツ。別腹はいつでもスタンバイ!一口食べれば笑みがこぼれるはず。

### 北摂ぶらり散歩

北摂にはそれぞれの特色のある魅力的な街が点在しています。少し足を延ばして、歩いてみると新しい発見があるかもしれません。

[ Walk ]

# 健康寿命をのばそう

Let's extend Healthy Lifespan

現在、国民の平均寿命が延びている一方、健康な体で自立した生活を送ることのできる健康寿命は、平均寿命に比べ男女共に短いというデータが報告されています(2016年データ/厚生労働省)。健康寿命を延ばすため、多くの自治体・企業・団体が行っている様々な取り組みをご紹介します。

## 電子マネーやクーポンが当たる健康アプリ
## 楽しくおトクに健康をサポートする「アスマイル」

比較的簡単な内容でポイントが貯まる。ポイントや歩数などスマホの画面で簡単に確認できる。

健康的なふだんの生活でポイントがたまる、大阪府の府民向けサービス「おおさか健活マイレージ アスマイル」。今年1月から先行実施を開始し、これまで2万人近くが登録。10月からは年度内の10万人登録を目指し、本格実施する予定だ。府では若者や働く世代など健康への関心が低い層を中心とした意識向上と、データ収集による効果的な保健事業の展開を目的とした「大阪府健康づくり支援プラットフォーム整備等事業」の運用を決定。

本サービスは府内在住の18歳以上が対象で、スマートフォン向けアプリ「アスマイル」をダウンロードし、情報を入力、本人確認書類をアップロードすると登録が完了する。体重や朝食の有無といった健康の記録、ウォーキング、健康イベントの参加などで「抽選ポイント」を得られ、飲み物や電子マネーなどが当たる抽選に参加できる。日々の記録や検診結果が蓄積でき、健康データや検診状況を経年的に把握できるのも魅力だ。また40歳以上の市町村国民健康保険加入者は特定健診を受診すると、電子マネーなどと交換できる「交換ポイント」が付与される(現在は一部地域のみ。10月から全市町村で開始予定)。パソコンや有料の専用歩数計でも一部サービスを受けられる。

今後、利用者拡大に向けて健康イベントを増やしたり、クーポン機能の追加なども検討している。府健康推進室総括主査の門林孝吉さんは「普段の生活の中で少し健康に意識を向けるだけで生活習慣は変わります。『健康になってトクしよう』と気軽に続けてもらえれば」と話す。

**おおさか健活マイレージ アスマイル事務局**
受/9時~17時(12/29~1/3除く)
TEL.06-6131-5804

## 睡眠の質を向上
## 体にぴったりの枕が快眠のポイント

良質な睡眠は成長ホルモンの分泌や身体機能回復を促し、生活習慣病予防にもなる。しかしライフスタイルの変化やストレスの影響などで、現代人の睡眠時間は減少傾向にあるという。寝具専門店「心斎橋西川」はよい寝具を使うことが快眠条件の1つと考え、オーダーメイド枕を販売している。

「自遊自材」は眠りのカウンセラーが測定した高さをもとに、枕内の上下最大14箇所に分かれた部屋に素材を詰めこみ、好みの固さや高さ調整ができる。

「FIT LABO」は「フルボディトレーサー®」で、身体のラインを二方向から測定し、快眠を促す理想の枕とマットレスを計算する。

### 睡眠不足気味の現代人

睡眠不足の原因は、シフトワークや長時間勤務、インターネット利用などによる夜型生活、あるいは仕事や対人関係の悩みといった心理的ストレスがよく挙げられるが、ほかにも住環境や体質、病気、加齢によるものなどがあると言われている。

### 人間工学に基づいた設計

心斎橋西川は寝具の中でも睡眠の質に大きく影響する枕に注目。独自調査で「高さが合わない」「首や肩が痛い」など3人に1人が使用している枕に不満を持っていることが分かったという。そこで同社では体形や寝姿勢、敷寝具などのバランスを考慮し人間工学に基づいて設計した枕を提案。購入者は、プロフェッショナルによる寝姿勢などの計測で、仰向け寝や横向き寝にも対応する一人ひとりあった枕を調整してもらえる。心斎橋本店で取り扱う「自遊自材」2万5000円(税抜)は、6種類の素材で固さや触感が選べ、最大14か所の高さを細かく調整でき、自分好みの枕がオーダーできる。千里店で取り扱う「FIT LABO」枕2万円(税抜)~は、背面(頭・首・背中・腰・尻)と側面(側頭・首・背中)の身体のラインを立位測定して、理想の配列をもとに、枕とマットレスがオーダーできる。

**心斎橋西川 心斎橋本店**
中央区心斎橋筋2-8-8
TEL.0120-30-8239

**心斎橋西川 千里店**
豊中市新千里東町1-1-3 イオンSENRITO専門館内
TEL.06-6155-4859

## 国立循環器病研究センターが健都へ移転
## 健康寿命の延伸をリードするまちづくり

国際級の複合医療産業拠点として注目を集める北大阪健康医療都市(健都)(吹田市、摂津市)の中核を担う国立循環器病研究センター(国循)が7月1日、移転オープンした。センター内には共同研究の拠点となるオープンイノベーションセンターが新設。健康・医療の研究機関や企業が進出する健都イノベーションパークとともに、次世代医療・ヘルスケアの推進が期待されている。

また、健都エリア内には国循と市立吹田市民病院の監修の下、様々なウォーキングコースや健康遊具が整備された健都レールサイド公園、国循と連携したサービスが受けられるマンション、健康をコンセプトにした複合施設など、利用者が自然に健康を意識できる場も充実している。来年には公園内に「健都ライブラリー」のオープンも予定。吹田市北大阪健康医療都市推進室の担当者は「国循のオープンにより健都のまちが本格稼働した。住民の健康寿命の延伸に向けさらなる取組を進めたい」と話す。

(写真提供 吹田市)

国立循環器病研究センターなどによる監修のもと、複数のウォーキングコースや健康遊具を整備。

2020年オープン予定の健都ライブラリー。健康への「気づき」「楽しみ」「学び」をコンセプトに、健康、医療、スポーツの専門図書コーナーやカフェスペースなどを設置。

**吹田市 健康医療部**
**北大阪健康医療都市推進室**
TEL.06-6384-2614

## アプリを用いて禁煙へ導く
## とよなか卒煙プロジェクト

近年、ヘルスケア分野におけるSIB(ソーシャル・インパクト・ボンド)導入の事業が普及し始めている。SIBとは、行政が民間から調達した資金で、民間企業や法人に公的サービス事業を委託し、その成果に応じて資金提供者に報酬を支払う仕組みである。

豊中市は「とよなか卒煙プロジェクト」として、この仕組みを活用し、社会全体で受動喫煙のないまちづくりを目指している。豊中市在住の市民は無料、豊中市内在勤の場合は3,000円(クレジットカード決済のみ)で行える同プロジェクトは、禁煙治療の経験が豊富な呼吸器内科医の下で開発されたスマートフォン専用アプリを活用。保健師や看護師など、医療に関する有資格者がオンラインで面談を行い、30~40分ほど時間をかけてカウンセリングを実施する。また、自宅への禁煙補助薬(一般用医薬品)の配送など、通院の負担なく家や職場でも禁煙支援を受けられる。それぞれの環境に応じて、実践的なアドバイスや、動画やマンガを用いるなど工夫された禁煙支援をおこなう。

豊中市以外でも、企業や健保組合で契約していれば、アプリをダウンロードして同様のサービスを受けることができる。同プロジェクトを通し、社会全体で受動喫煙のないまちづくりをめざしていくという。

**株式会社 キュア・アップ**
営/12時~17時 日月定休
TEL.080-8046-7794
[専用申し込みページ]
https://cureapp.zendesk.com/hc/ja/articles/360024353214

# 万博公園にウォーターパークが出現
## 「万博夏あそび2019」

この夏、万博記念公園で「万博夏あそび」イベントが開催。コンテンツは5つのエリアに分類。「水あそびエリア」では、幼い子どもが安心して楽しめる低水位のプールや、日本初上陸となる全長70メートルのロングウォータースライダーが登場。水風船、ウォーターガンを使った水合戦を楽しめるプレイエリアも。また「おばけ屋敷エリア」では、よしもとのお笑い芸人がおばけに扮し、恐怖と笑いを演出。そのほか花火、フードが楽しめるエリアなど、夏あそびの醍醐味を満喫できるイベントが企画されている。さらに、同日開催としてイルミナイト万博「太古から未来へ」を実施。太陽の広場をミラーボールの輝きでライトアップし、太陽の塔とのコラボレーションで幻想的な「ナイトピクニック」を楽しめるとしている。詳細は「万博夏あそび2019」公式サイトで確認を。

**万博 水あそび**
中学生以上 800円 / 4歳以上～小学生以下 500円
※3歳以下無料、小学生以下の入場は保護者同伴

**よしもと おもろおばけ屋敷**
中学生以上 800円 / 4歳以上～小学生以下 500円
※3歳以下無料、入場は保護者同伴

**イルミナイト万博「太古から未来へ」**
無料

**夕涼み花火プレイエリア**
エリア利用は無料(花火・バケツ持ち込みの場合)
バケツレンタル費200円(500円徴収、返却時300円返金制)

**夏あそびフードエリア**
エリア利用は無料
※別途自然文化園入園料が必要

---

FM COCOLO × CITYLIFE
音楽のCOCOLO VOL.03

radiko なら、パソコン・スマートフォンでFM COCOLOが無料でクリアに聴ける!

FM COCOLOの人気DJが季節やテーマに合わせた音楽を紹介。

### 夏真っ盛り、ジャズでスカッと暑気払い

MONTHLY SELECT DJ

**尾上 さとこ**

3月16日生まれ。大学在学中よりキャンパスDJとして活動。卒業後、日本語教師を経験し再びDJの道へ。FM802で活躍後、出産を経て2017年4月よりFM COCOLOの週末朝の顔としてモーニングショー『FRUITS O'SUNDAY』(日曜 8:00-11:00)を担当している。

アロマテラピー、漢方、産後ケア、マクロビオティック、救急法などの資格を保持。古き良き時代への興味や思い入れが深く、40'S、50'Sの洋服やアクセサリーなどヴィンテージアイテムや、50'S～70'Sのソウル、ソフトロック、ジャズなどのレコードを収集。その他、映画鑑賞やフルート演奏など多趣味。

尾上さとこ Twitter @satokoonoe
尾上さとこ Instagram satokoonoe
尾上さとこオフィシャルブログ
https://ameblo.jp/satokomura/

ALBUM
Those Lazy-Hazy-Crazy Days of Summer
暑い夏をぶっとばせ

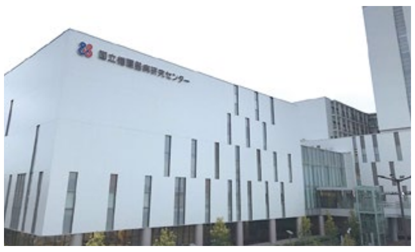
ARTIST
Nat King Cole

韻を踏んだ原題の「けだるくもわっとしたクレイジーな夏だよ」というのも猛暑のさなかの呟きを代弁してくれているかのようですが、なんといっても、このスカッとするぶっとび邦題にこめられたメッセージどおり、遊び心あふれる歌詞と軽快なボーカルを聴きながら、暑さをぶっとばしましょう!リズミカルに飛び出す真夏のワードは「ソーダやプレッツェルやビールの日々」に「ビキニの女の子」。ジャケットの砂浜には、ギンガムチェックのクロス、ゴロゴロと氷を詰めたクーラーボックス、スイカの入ったバスケット、ポータブルプレイヤーにはCapitolレインボウのレコードが。なぜか鯉のぼりを両手に掲げる男女もいて、それぞれにたわむれる恋人たちの楽しげなストーリーが波打ち際に刻まれます。今年生誕100周年を迎えたヴェルヴェットボイスのナット・キング・コールが終始ご陽気な、和み系夏ソング満載の一枚。60'sのサマーアンセムでもあるタイトル曲で歌われるように「みんないつもそんな夏ならいいなって思うさ!」。

**ナット・キング・コール** / 1919年アラバマ州モンゴメリー生まれ(諸説あり)。12歳から父親の教会でオルガンを弾き、合唱団で歌い始める。37 年にキング・コール・トリオを結成、ピアニスト&シンガーとして活動。46年「フォー・センチメンタル・リーズンズ」が初のポピュラー・チャートNo.1になる。「モナ・リザ」「トゥー・ヤング」などのNo.1ヒットを記録。肺がんの為40代半ばの若さで死去。

---

# 国循の引越し 患者移送当日の様子は



国立循環器病研究センター(以下、国循)は7月1日、吹田市藤白台からJR岸辺駅北側に移転した。それに伴い医療設備と入院患者は前日の6月30日に移送。移動距離は約7km、94名の患者の大移動が始まった。

当日の朝、8時8分に最初の患者が出発。患者はS・A・B・C・Dの5つのランクに分け、重症患者5名は人工呼吸器や人工心電図モニターなど、車内でも医療が行える『ドクターカー』で1名ずつの計5往復を実施。他は高規格救急車や救急車で移送した。小林順二郎病院長は「当日はあいにくの雨。さらに風が強い時は一時移送をストップしたこともあったが、新病院側では地下と地上の2箇所で受け入れ、大きな混乱もなくスムーズに引っ越しができてよかった」と胸をなでおろした。完了したのは14時34分で予定より1時間ほど早かった。

新しい国循は病床550、CT装置3台、心臓カテーテル検査室9台などの設備。手術室は12室、そのうち低侵襲治療のできるハイブリッド手術室を4室備え、24時間患者を受け入れられるようにした。

移転後の入院患者数は300名弱、外来患者数は1日平均750名。小林病院長は「24時間365日受け入れを断らず、また研究棟が併設されている利点を生かし、研究を生かした最先端の医療を提供していきたい」と話す。

---

## EVENT 北摂イベント

コンサート / ギャラリー / 催し / ミュージアム / 講座・講演

**あなたの街の情報をお待ちしております!**（掲載無料）

メール play@citylife-new.com

※応募・掲載希望月の前月8日まで
(以降も受付の場合あり)
※掲載の場合のみ、編集部から連絡いたします。

### 豊中歴史同好会 8月例会
（講座・講演）

▶ **8/10(土)**
14時～16時

テーマは、「天孫降臨神話の形成と天命思想」。講師は堺女子短期大学教授・水谷千秋氏。経験不問、初心の方もお気軽に。

■蛍池公民館4F第二集会場(豊中市蛍池中町3-2-1-501)■ビジター聴講料1,300円
■問:TEL090-5400-4638(小川)

### 市民平和のつどい2019 夏休み特選映画劇場 「この世界の片隅に」
（催し）

▶ **8/9(金)**
①10時半～
②14時半～
(上映時間126分)

昭和19年、突然の縁談で広島呉市に嫁ぐ18歳のすず。戦時下でも明るく毎日の暮らしを積み重ねていた。昭和20年3月、大空襲によりすずの大切にしていたものが失われ、そして、昭和20年の夏がやってくる。

■千里市民センター　大ホール(吹田市津雲台1-2-1 千里ニュータウンプラザ内)
■800円(当日1,000円)※メイト会員は1割引
■入替制/全席自由■問:06-6386-6333
(吹田市文化会館 メイシアター)

### 関西大学博物館 2019キッズミュージアム
（催し）

▶ **8/6(火)～7(水)**
10時～16時(開場・受付9時50分)

夏休み恒例の関西大学博物館「キッズミュージアム」を開催。お子様向けワークショップが盛りだくさん。夏休みの宿題にもお役立ちの楽しい2日間。詳細は下記サイトでチェック。

■関西大学博物館「キッズミュージアム」会場(吹田市山手町3-3-35)■入場無料■問・申込:06-6368-1112(事前申込は7/18～※先着順)
詳細:http://www.kansai-u.ac.jp/Museum/

### 子どもの創作音楽劇団わぉ! 夏ゲキ!発表会
（コンサート）

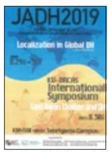
▶ **8/4(日)**
開演14時
(開場13時半)

一般公募と劇団の子どもたちが、出会って5日間で作り上げる劇の発表会。劇中の表現はすべて子どもたちが話し合い、創っていく。今回は道具や音も、子どもたちが身体だけで表現することにチャレンジ。子どもたちにしか創れない物語の世界をぜひお楽しみに!

■箕面文化交流センター8階大会議室(箕面市箕面6-3-1)■入場無料
■問:TEL080-4397-1245(楽笑音楽広場代表)/Email rakushowongakuhiroba@yahoo.-co.jp■詳細:https://www.rakushowonga-kuhiroba.com

### KU-ORCAS International Symposium (ケーユーオルカス国際シンポジウム)
（催し）

▶ **8/30(金)**
午後予定




KU-ORCAS(関西大学アジアオープンリサーチセンター)は、日中韓を中心とした東アジア文化研究の一大拠点。「JADH2019」開催期間中に、「東アジア文化研究とデジタルヒューマニティーズ」をメインテーマとしたシンポジウムを開催。使用言語は英語。内容や時間の詳細は下記URLにて要確認。

■関西大学千里山キャンパス100周年記念会館(吹田市山手町3-3-35)■入場無料　※「JADH2019」は学会会員限定■問:06-6368-1834
(関西大学　研究所事務グループ)
■詳細:http://www.ku-orcas.kansai-u.ac.jp/

### 第34回 みのおてならい はじめてのタイ料理 作ろう食べよう ヘルシーで 香り豊かなアジアごはん体験会
（催し）

▶ **8/24(土)**
10 時半～ 15 時

日本人にも人気のグリーンカレーを作って食べる体験会を開催。香辛料や香味野菜を使って、タイの石うすでイチからペーストにする秘伝を箕面の人気店「ARTISTプリック」オーナー北野和枝さんに学ぶ。市販品では表現できない、驚くほどの"美味"を体験しよう。

■箕面市立西南生涯学習センター「料理実習室」(箕面市瀬川3丁目2-5)■参加費:2,000円(材料費ほかを含む)■定員:15名(先着順)
■問:TEL・FAX050-3488-1543/Email minohjuku@gmail.com

### 特別展「驚異と怪異」 想像界の生きものたち
（ミュージアム）

▶ **8/29(木)～11/26(火)**
10時～17時
(入館は16時半まで)

人魚、天狗、狼男など、この世のキワにいるかもしれない驚異や怪異が大集合。現代アート、マンガ、ゲームの世界のクリーチャー制作も紹介します。

■国立民族学博物館(吹田市千里万博公園10-1)■観覧料:一般880円/大学生450円/高校生以下無料■問:06-6876-2151

### eNカレッジすいた
（講座・講演）

▶ **8/23(金)** 19 時～21 時
開校式・オリエンテーション　他、全8回

「地域や社会の役に立ちたい」「家族や仕事以外のつながりがほしい」そんな思いを共有しながら、ソーシャルな生き方について考える。新しい生き方を見つけるための全8回(8月下旬～11月)の講座。

■吹田市立市民公益活動センター(吹田市津雲台1-2-1千里ニュータウンプラザ6F)■入場無料　※社会福祉協議会の「ボランティア活動保険(Aプラン)」に加入されていない方は初回時に保険代300円が必要■定員15名(多数の場合抽選)■問・申込:06-6155-3167
■詳細:https://suita-koueki.org/en-college/
※申込〆切8/15(木)必着

### 吹田市交響楽団 サマーコンサート2019
（コンサート）

▶ **8/18(日)**
開演14時
(開場13時半)

吹田市を拠点に活動する市民オーケストラによるコンサート。曲目:スメタナ/連作交響詩「我が祖国」より「高い城」、ホルスト/組曲「惑星」より「金星」、ムソルグスキー/交響詩「はげ山の一夜」、ラヴェル/組曲「クープランの墓」 指揮:米山 信・新谷 武
※指揮者体験コーナーあり

■豊中市立文化芸術センター　大ホール(豊中市曽根東町3-7-2)■入場無料・全席自由席
■問:吹田市交響楽団TEL06-6876-0625
(安部/22時まで)/Email suitaso@gmail.com
■詳細:http://www.suitaso.org/

City Life NEWS
CULTURE
SPECIAL INTERVIEW

# 茨木市を舞台にした「葬式の名人」の
# 脚本・プロデューサー 大野 裕之 さん

脚本家、映画プロデューサー、劇作家、演出家、作曲家とマルチに才能を発揮し、日本チャップリン協会会長を務める映画研究家でもある大野裕之さん。プロデューサーと脚本を担当した、茨木市制施行70周年記念映画、「葬式の名人」の茨木市先行上映を前に話を伺った。

大野 裕之（おおのひろゆき）さん / 1974年生まれ。茨木高校、京都大学大学院卒。プロデューサー・脚本を手がけた映画『太秦ライムライト』で、カナダのファンタジア国際映画祭最優秀作品賞。著書『チャップリンとヒトラー』（岩波書店）で第37回サントリー学芸賞。日本チャップリン協会会長。
※本作のロケ地にもなった「福原商店」（茨木市元町6-35）で大野さんを取材。創業89年のたこ焼き、回転焼きの老舗店。

**― 大野さんと茨木市はどのような繋がりがあるのでしょうか**

実家は市外なんですが、高校は川端康成に憧れて茨木高校に入学しました。この茨木高校での思い出が僕の人生の中で大きな意味を持っているんです。当時から生徒自治の自主性が強い高校ですが、とりわけ体育祭には力を注ぐ変わった高校（笑）でした。学校側で体育祭の活動を禁止にする期間を設けるほど、エネルギーと知力、精神力、体力すべてを懸けて体育祭を作り上げるんです。そこでの経験が自分のルーツになっていると思います。

**― どのように映画、演劇の道を進んでこられたのでしょうか**

昔から映画は大好きでした。浪人時代にバイトで貯めたお金でイギリスに行ったのですが、そこで音楽で紡ぐドラマ性の強いミュージカルに出合い、大学に入ってミュージカル劇団を作りたいと思ったんです。翌年には京大に入学し、「劇団とっても便利」を作り、授業はろくに出ずに稽古ばかりしていました。専攻は映画学で、好きなチャップリンの論文を書こうと再びロンドンに渡りました。英国映画協会で、チャップリンのNGフィルムを観た世界で二人目の人間となることができて、論文を完成させました。さらに縁あってチャップリンの親族と親しくなるということもありました。映画を研究したり演劇を実践したり、好きなことをしているうちにこの道に進んでいました。

**―「葬式の名人」のストーリー、茨木市オールロケについて**

実は映画の話が出たとき、単なる町おこしならやめとこうと思ったんです。映画は表現であって手段ではないからです。しかし、市からはPR映画にする必要はない、すべて任せると言われ、作品作りが始まりました。この作品には茨木市の心地よい品の良さ、程よい人間関係が、このストーリーと北摂の独特の方言のようなものが作品に滲みでていると思います。ストーリーは当初、川端康成の茨木での青春時代を考えていましたが、その時代設定で映画を作ることは不可能でした。そこで川端康成作品「葬式の名人」「少年」「師の棺を肩に」などをモチーフにしてストーリーを考え、生きることの大切さをユーモラスに描いています。

**― コメディーとお聞きしましたが、チャップリンの影響はあったのでしょうか**

チャップリンの影響というのは一切ないです。チャップリンは天才であって、その真似はできないです。リアリズムをファンタジーで一気に飛び越えるのは天才の技であり、私には無理です。チャップリンのNGフィルムを見ると些細なシーンでも何度も何度も撮り直し、最高のカットが撮れるまで妥協していないのがわかります。本質に関係ないこと、いい加減なことはしてはいけないというチャップリンのストイックさは見習いたいと思います。

©"The Master of Funerals" Film Partners

**― 昨年6月の地震の影響はありましたか**

撮影開始前に地震がありました。最悪中止も頭をよぎりましたが、ロケ先全員の方から「大丈夫!映画をやめないで!」と言ってもらえました。市民の皆さんが映画を楽しみにしてくれていると、ひしひしと感じ、映画が被災地支援の使命も背負ったと思いました。川端康成は幼少の頃に全ての肉親を亡くし、絶望の底にあり、作品には死の影の冷たさがあります。しかし、だからこそ求めるピュアな希望が川端文学にはあります。単に生きることの大切さだけを描くのではなく、裏表を見据えているんです。「葬式の名人」は裏を返せば、大切な人を見送って新しい人生を始めるという、生きることの名人となります。根本的な所で、人を励ますような映画にしたいと、地震を通して改めて感じました。

**― ふるさと納税を活用したクラウドファンディングで2,400万円を超える寄付が集まったそうですね**

クラウドファンディングの募集情報にキャストの情報は出しませんでした。茨木市で映画をつくる、という紹介だけで予想を超えて集まったんです。茨木市を大切に思う皆さんの気持ちを感じ、これは絶対に失敗できないぞ、と身が引き締まりました。

**― 前田敦子さん、高良健吾さん、有馬稲子さんなど豪華な出演者が注目されますが、スタッフ陣も素晴らしいメンバーだそうですね**

「ウルトラQ」「帝都物語」カメラマンの中堀正夫さん、「Shall we ダンス?」「シコふんじゃった」の美術、部谷 京子さん、「戦場のメリークリスマス」の編集、大島ともよさんなど、スタッフが日本映画のレジェンドばかりの布陣で、映画好きにはたまらないメンバーが茨木に結集しました。スタッフも俳優さんも、みんなが茨木を好きになってくれたのが、有難いです。

**― 最後に読者に一言をお願いします**

日本を代表する実力派の俳優とスタッフが結集し、川端文学の豊潤な世界を笑いと涙を織り交ぜて描きあげた人間ドラマです。ぜひスクリーンでお楽しみください。

**INFORMATION**

監督は映画評論家としても知られる樋口尚文さん。あらすじは、高校時代の同級生の訃報で集まったかつての同級生たちが、奇想天外な通夜を体験するというもの。
出演は前田敦子、高良健吾、白洲迅など。
全国公開日は9月20日（金）

8月16日からイオンシネマ茨木で先行上映される。詳しくはホームページを参照
http://soushikinomeijin.com/

# 商工会 商工会議所 通信

SYOUKOUKAI SYOUKOUKAIGISYO TSUSHIN

商工会・商工会議所は地域企業の振興や地域の活性化に日夜努力しています。でも具体的にどんな活動をしているのか知らないという人も少なくないのでは？そんな商工会・商工会議所の活動を今月も紹介します！

## 箕面商工会議所

### 箕面まちゼミ【第14回みのおのまち商学校】 開催中!

お得で楽しくためになる講座が満載、夏を楽しもう

"まちゼミ"とは、市内各店舗の店主が講師となり、プロならではの専門的な知識や情報、コツを無料で受講者（お客様）にお伝えする少人数制のゼミです。
●開催期間:
令和元年8月31日（土）まで
●申込方法:
各店舗へ電話にて予約が必要です。
※受付開始時間は各店舗による

問い合わせ
箕面商工会議所 まちゼミ担当
TEL 072-721-1300
http://www.minohcci.or.jp

## 吹田商工会議所

### Dear 本気 WOMAN、創業支援塾 ～趣味から飛び出せ!第一歩～

女性だけを対象とした創業塾が始まります。平日の午前中の6回シリーズです。一時保育もついています。

■開催日:令和元年9月3日～10月8日の毎火曜
■時　間:午前10時～正午（9/3及び10/8は午前9時30分から午後0時30分まで）
■会　場:吹田市立男女共同参画センターデュオ（JR・阪急吹田駅歩10分）で
■対　象:創業を希望する女性が対象
■費　用:無料
■定　員:30人（女性）
■締　切:8月26日（月）
■申　込:応募多数の場合は、吹田市在住・在勤・在学者を優先して抽選。申し込み方法は電話06（6388）1451　同センターまで。
■詳　細:吹田市女性創業塾で検索
■主　催: 吹田市・吹田商工会議所

## 豊中商工会議所

### 「御社の強み発掘セミナー」

自社ならではのウリを見つけ出し、独自のビジネスモデルで勝負する

今の時代、美味しいモノや便利なサービスはそこら中にあふれ返っています。その中で同じように価格で勝負していては、自分で自分の首を絞めるようなもの。当セミナーでは、「価値を見つけ繁盛を呼び込む物語塾」などのセミナー講師としても定評のある広報ジャーナリスト・堀美和子氏を迎え、事例紹介も交えつつ、御社の「独自のウリ」の掘り起し方をお伝えします。
◆日時:2019年8月28日（水）14時～16時
◆会場:豊中商工会議所
（阪急宝塚線 岡町駅 西へ徒歩約1分）
◆講師:PR's Labo 堀 美和子氏
◆参加費:会員:1,000円、一般:3,000円

問い合わせ・申込み
豊中商工会議所　中小企業相談所
TEL 06-6845-8004
http://www.ooaana.or.jp/

City Life NEWS PERSON

SPECIAL INTERVIEW

# 音楽で未来を変える セブ島の子どもたちを救う セブンスピリット

フィリピンの子どもたちに音楽を通じて生きる力を身につけてほしい――。そんな思いで始めた活動が今年2月で8年目を迎えた。セブ島を拠点とするNPO法人「セブンスピリット」で事務局長を務め、子どもたちの変化を見守ってきた永田正彰さんに話しをうかがった。

永田 正彰(ながた まさあき)さん / 吹田市出身。2008年大阪音楽大学卒業。吹田市立千里丘中学校吹奏楽部の指揮者・技術指導員としても勤務した。大阪音楽大学音楽博物館の職員をしていた経歴から音楽学、音楽史、世界の民族音楽などにも明るい。

フィリピンのセブ島といえば、リゾートや語学学校といったイメージを持つかもしれない。しかし華やかな雰囲気の一方で、まだまだ貧困から抜け出せずにいる人たちも多い。そこで暮らす子どもについて「フィリピンの公教育は高校まで無料ですが、お金がなくて制服や文房具がそろえられなかったり、親御さんも小学校教育程度しかなく『学校に行っても仕方がない』と考えて、途中で辞めさせてしまうケースが多いんです」と永田さんは話す。教育を受けない子どもは、善悪の判断がつかず犯罪や薬物に手を染めてしまうことも。セブンスピリットは、そんな子どもたちのために、音楽を通じて社会性や協調性、人を思いやる心などを育み、将来を切り開く力を身につける場を提供している。

セブンスピリットでは、毎日のように放課後に音楽教室を開くほか、週2回の出張音楽教室、週末はスポーツ教室を実施。主な活動である音楽教室では、リコーダーや鍵盤ハーモニカで音楽の基礎を習得した後、オーケストラの楽器へと進む。希望者は学校へ行くことを条件に無償で受け入れ、現在は7～19歳まで約120人が在籍する。

生徒はスラム出身から中流階級の子どもまで様々。最初は練習を邪魔するなど争いごとが絶えなかったという。しかし次第に音楽の楽しさに目覚め、みんなで1つの曲を作り上げるという目標ができたことで協調性も生まれてきた。

永田さんのレッスン風景

スラム以外の世界を知らずに生きてきた子どもが、視野を広げる機会も与えている。「『お母さんが死んじゃった』とウソをついてお店から無料でパンをもらったり物乞いをしていたのが、音楽に出会って生活態度を改めたという子もいます。また、いろんな人と関わったりコンサートで各地を訪れ、『こんな職業があるんだ』『こんな美しい場所があるんだ』と知り、それをきっかけに警察官や先生を目指したり、もっと違う国に行きたいという夢を持った子もいます」。ほかにも、フィリピンの大学ではオーケストラに所属すると学費が無料になる制度があり、セブンスピリットからも毎年10人前後が制度を利用して進学している。

音大を卒業後、学校や音楽教室などで指導をしてきた永田さんは、今から6年前、セブンスピリット主催のイベントに参加。現地でスリに遭ってしまった際、助けてくれた地元住民の優しさに触れ、海外の仕事に興味を持っていたこともあり活動に加わることを決めた。「どんどん変化していく子どもたちの姿を見るとやりがいを感じます」と永田さん。最初は自ら子どもたちに楽器を教えていたが、最近は現地スタッフでほとんど運営を回せるようにまでなった。今年に入ってからは、個人的に指揮の勉強のためドイツへ行ったり、アフリカでの音楽を通じた社会貢献活動の誘いを受けたりと、活動の幅を広げつつある。「行く先々でセブンスピリットの話をしているので、チャンスがあればヨーロッパやアフリカにも子どもたちを連れて行きたい。あとはフィリピン国内でもっと音楽を広げていけたら。例えば、イスラム紛争があったミンダナオ島などでいい作用を起こしたいですね」。音楽の持つ可能性を信じて、将来を見据える。

セブンスピリットでは今年の10月30日～11月6日、第2回目となる日本での演奏ツアーを計画。生徒50人が来日し、東京(11月2日)と大阪(11月4日)でコンサートを行う。開催のための必要経費600万円を目標に、7月1日からクラウドファンディングを実施中。8月31日まで。

楽器を奏でている間は、立ち込めるドブの臭いやストレスから解放され、笑顔がこぼれる。

音楽の輪が広がり、年々坂者が増えている。

## 1歳児クラスへの保育園入園予約制度が 箕面市でスタート

箕面市は、保育園への入園内定をいち早くお知らせする入園予約制度をスタートさせる。現行の制度では入園可否の通知が1月末となり、実際に入園する4月まで約2か月と期間が短い。この制度は先に入園地域のみを決定させ、早期に内定を通知できる全国的にも珍しい取り組みだ。

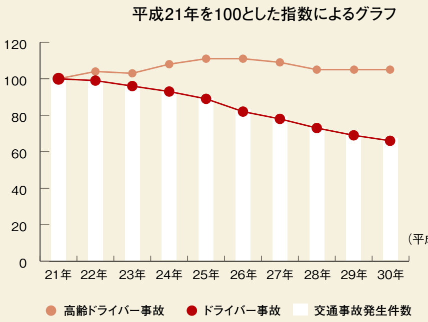
まず7月初旬～11月中旬に申込みを行い、市内の4つの地域(西部・中部・東部・北部)から希望の地域を選択し、その地域の全保育園に希望の順位をつけていく。早い場合9月中旬、遅くても12月中に入園地域の決定が通知され、内定者は4月からの入園が確約される。

箕面市は「保育園への不安が払拭され、以降のスケジュールが立てやすくなるため、安心して子育てできる」としている。

予約方法など、詳しくは箕面市ホームページで確認を。

## 高齢者による交通事故・被害の防止 協力:大阪府警察

近年、交通事故発生件数・ドライバー事故件数がともに減少しているなか、65歳以上の高齢ドライバー事故(65歳以上の運転者が原付以上運転中で第1当事者となった事故)件数は、平成21年と平成30年の10年で300件ほど増加している。また、免許を保持する高齢者の割合も増えており、今後も高齢ドライバー事故件数が増加すると見込まれる。




### 【 高齢者が交通事故に遭わないために 】

- □ 夜間はドライバーから歩行者が見えにくいので、大変危険。少しでも早く、自分の存在をドライバーに知らせることが大切となる。車やバイクのライトが当たるとその光を跳ね返し、ドライバーに自分の存在を知らせる「反射材」を靴の側面等に貼り、活用しよう。
- □ 高齢者の自転車乗用中の死者の約8割は負傷部位が頭部となっている。自転車に乗る際は、事故の衝撃から頭部を守るためヘルメット着用を心がけよう。

### 【 高齢者が交通事故を起こさないために 】

- □ 加齢に伴い身体機能は低下する。速度を控え、安全運転・安全確認をしっかりと行おう。
- □ 運転に不安を感じてきたら、運転免許証の自主返納を検討しよう。運転免許証の返納は、門真・光明池運転免許試験場、大阪府内の各警察署(大阪水上署を除く)で行うことができる。

詳しくはこちら
▼

# City Life NEWS

全国で注目される施策や課題は、地域で暮らす私たちにどう影響するのか?身近に起きた出来事やトレンドなど、幅広い分野のニュースを紹介していきます。ネットでもさまざまなニュースを紹介しています。

シティライフNEWS で検索

## カーライフ卒業で様々な特典を「高齢者運転免許自主返納サポート制度」

近年、高齢者ドライバーによる事故の増加が目立つ。そんな中、運転に自信の無くなった、もしくは運転する機会の減った高齢者が、運転免許証を自主返納しやすい環境をつくるための「高齢者運転免許自主返納サポート制度」が広まっている。

**都道府県別運転経歴証明書交付件数**

| 順位 | 都道府県名 | 件数 |
|---|---|---|
| 1 | 東京都 | 39,800 |
| 2 | 大阪府 | 30,420 |
| 3 | 神奈川県 | 26,070 |
| 4 | 埼玉県 | 21,487 |
| 5 | 愛知県 | 20,943 |
| 6 | 兵庫県 | 19,487 |
| 7 | 千葉県 | 17,476 |
| 8 | 静岡県 | 15,224 |
| 9 | 北海道 | 11,381 |
| 10 | 福岡県 | 10,600 |

(警察庁 平成30年版運転免許統計より抜粋)

免許証の自主返納とは、運転免許証が不要になった人や、加齢による身体機能の低下を自覚して運転に不安を感じるようになった人が、自主的に運転免許を返納することができる制度。導入された平成10年の返納者は約2,500人であったが、平成29年には約42万人にまで増え、20年近くで返納率は150倍以上に膨れ上がったことになる。そうした中で、「車がないと生活が不便」といった理由で、自主返納をためらう人が多く存在するのも事実である。

大阪府が実施している高齢者運転免許自主返納サポート制度は、65歳以上の高齢者が免許証を自主返納した場合、併せて「運転経歴証明書」の発行をすると、タクシーの運賃割引、飲食店の割引など、多くの特典を受けることができる。制度を発足した平成24年の大阪府における65歳以上の高齢者の免許証自主返納件数は7,118件であったのに対し、昨年は31,325件と、同制度を開始して約7年で約4倍に増加している。担当者は、「近年では企業側から同制度に協力をしたいという問い合わせが増えており、地域一体でこの取り組みを盛り上げようという動きが高まってきています。運転に不安を感じたら無理せず、自主返納を検討してみてもらえれば」と呼び掛けている。

免許証返納は基本的に管轄地域の警察署や運転免許試験場で受付している。運転経歴証明書の発行についても、免許証返納と同様の施設で行っているが、申請可能な期間は運転免許証の返納後5年以内となるので注意。また、運転免許証に代わる公的な身分証明書として生涯利用が可能。免許証返納による特典サービスを実施する企業は増加傾向にあり、ユニークな内容も多い。

### 運転免許証返納制度特典の一部

※免許証返納による特典内容は、協力企業によって異なる。

【 大阪府 】● 相互タクシー、日本タクシー、大阪第一交通グループ等 = タクシー乗車運賃から10%割引
● 高島屋(大阪店、堺店、泉北店) = 自宅への配送無料
● スギ薬局・スギドラッグ = 購入1点に限り5%割引 など

【 大阪市 】● 通天閣 = 一般展望料金(大人)を100円割引
● 551蓬莱　戎橋筋本店 = レストランで1,000円以上飲食で粗品進呈(本人に限る)
● 今宮戎神社 = 参拝記念ステッカーを授与(12/31~1/11を除く) など

【 吹田市 】● 大阪よどがわ市民生活協同組合 = 個人宅配お届け手数料1年間無料 など

【 豊中市 】● アルカドラッグ阪急曽根店 = 通常価格から5%割引(酒類は除く) など

【 箕面市 】● 磯よし 本店 = 川床料理を10%割引 など

【 池田市 】● フランスベッド販売株式会社 = ハンドル型電動車いす・シニアカー(対象商品)を定価から5%割引(自宅付近での試乗可能) など

### 運転経歴証明書の発行に必要なもの

【 大阪府 】● 写真1枚:縦3cm×横2.4cm 過去6か月以内に撮影した無帽・正面・上三分身・無背景のもの
(門真運転免許試験場又は光明池運転免許試験場で手続をする場合は不要
● 黒又は青のボールペン
● 住民票の写しまたは健康保険証等の住所、氏名及び生年月日を確認できるもの
(申請による取消と同時に申請される場合は不要)
● 運転経歴証明書交付手数料:1,100円

## 事前準備と知識で災害に備えよう

平成31年3月29日に避難勧告に関するガイドラインの改定を内閣府が行った。改定後の基準は5段階に変更され、レベル1~2は気象庁が発表、レベル3以上は市町村が発令することになり、直感的に情報の意味を理解でき、避難のタイミングも明確で、避難行動に移りやすくなったのではないだろうか。非常用バッグは事前に準備しておくからこそ、緊急時に役に立つ。普段からチェックリストを使用して中身の確認や自宅周りの点検を行い、急な災害に対応できるよう家族や近隣の人と避難場所や連絡方法を話し合っておくことが大切だ。

豊中市によると、警戒レベル3以上上で防災無線やエリアメール・SNSを使って避難準備・呼びかけを行うこととしている。平成30年7月には大阪府が「淀川水系の大阪府管理区間においての河川整備計画」を改定。豊中市の一級河川を管理している池田土木事務所は「『人名を守る』ことを最優先に、河川を適切に維持管理するとともに、河川カメラの整備や、河川水位の提供など『逃げる』施策、既存のため池を減殺対策として治水活用を行う『凌ぐ』施策、インフラ整備の推進『防ぐ』施策を進めています」と話す。

各市のホームページに避難経路、避難場所について掲載されているので、定期的に確認するようにしておこう。

### 避難勧告等に関するガイドラインの改定

| 警戒レベル | 市民がとるべき行動 | 行動を市民に促す情報 |
|---|---|---|
| 5 | 既に災害が発生しています。命を守るための最善の行動をしてください。 | 災害発生情報 |
| 4 | 避難してください。災害が発生するおそれが極めて高い状況等で、立退き避難はかえって命に危険を及ぼしかねないと判断する場合には、近隣の安全な場所への避難や建物内のより安全な場所へ移動する等の緊急の避難をしてください。 | 避難勧告 避難指示(緊急) |
| 3 | 避難に時間のかかる高齢者等の要配慮者は避難を開始してください。その他の人は避難の準備をしてください。 | 避難準備・高齢者等避難開始 |
| 2 | 避難場所や避難経路を再確認するなど、避難に備え自らの避難行動を確認してください。 | 注意報 |
| 1 | 防災気象情報等の最新情報に注意するなど、災害への心構えを高めてください。 | 早期注意情報 |

※各種の情報は、警戒レベル1~5の順番で発表されるとは限りません。状況が急変することもあります。(豊中市ホームページから引用)

### 準備したい非常持出品

荷物は、避難の妨げにならない程度にまとめるのがポイント　目安は…男性:15kg程度まで、女性:10kg程度まで

**いつでも持出せるように用意しておくもの(一例)**　(豊中市ホームページから引用)

| | |
|---|---|
| 携帯ラジオ | 小型で軽くAMとFMの両方が聞けるものが良い・予備電池も忘れずに |
| 懐中電灯・ろうそく | 予備の電池も忘れずに・ろうそくは太くて安定のよいものを |
| ヘルメット(防災ずきん) | 瓦などの落下物から頭部を守るため・避難時の転倒も多いので必ず用意を |
| 非常食・飲料水 | 非常食は3日分程度で、乾パン、缶詰などの火を通さなくても食べられるもの・水はミネラルウォーターなど、1人1日3リットルが目安 |
| 生活用品 | ライター(マッチ)、はし、紙皿・コップ、ナイフ、缶切り、栓抜き、ティッシュ、トイレットペーパー、ビニールシートなど |
| 衣類 | 下着、上着、靴下、ハンカチ、タオルなど |
| 救急薬品、常備薬 | 絆創膏、ガーゼ、包帯、三角巾、体温計、消毒薬、かぜ薬、鎮痛剤、目薬、刺抜きなど |
| 通帳・証書類、現金 | 預貯金通帳、印鑑、健康保険証、運転免許証など 現金は紙幣だけでなく、公衆電話用の10円硬貨も |
| ※赤ちゃん・高齢者・病人などへの配慮も忘れずに | 赤ちゃんには粉ミルクや哺乳瓶、紙おむつ、離乳食を高齢者や病人がいる時はメガネや補聴器、常備薬などをまた、おかゆなども準備 |

次号の巻頭特集は「スクール・習い事」です。
お楽しみに

●本紙の記事や広告についてのご質問・ご意見など
TEL06-6338-0640 info@citylife-new.com
●発行部数17万部
●無料で各戸に配布しています。必要のない方は、お手数ですがご一報ください。
問/株式会社シティライフNEW TEL06-6338-0640 〒566-0001 大阪府摂津市千里丘1-13-23

丁寧・安心・親切がモットー
伐採、草刈り、植木の剪定、リフォーム、駐車場の新設まで何でも相談

先着20名
お庭の剪定(1本3m以下)と消毒(敷地面積100m)
セットで 3,000円~(税別)

見積り無料
見積り後のキャンセルも全然OK
上記以外も別途対応いたしますので、ご相談ください

お庭のエキスパート TEL.072-655-4368
〒569-1022 高槻市日吉台3-22-6 土・日・祝もお気軽にお問合せください。(受付9時~17時)

---

未経験OK!ブランクありでも大丈夫!
# 保育士(正社員 パート)募集

新園開設による人員募集です。子どもと一緒に成長できる環境で活躍してください!

## 保育士資格をお持ちの方歓迎します!

保育士(①正社員・②パート)

仕事内容:保育と保育に伴う業務。多彩なカリキュラム教育を行っているため、ピアノ、書道、体育、英語など特技を生かすことができます!
資　　格:①②保育士資格免許保持者優遇
勤務時間:①7時半~19時の間でシフト制
②7時半~19時(1日2時間半~OK)
※特に7時半~10時半、15時~18時、16時~19時で働ける方歓迎
給　　与:①【保育士資格保有者】.....18万~25万円
【資格なし】.................16万~22万円
②【保育士資格保有者】1,000円~1,500円
【資格なし】..............950円~1,200円
休　　日:日曜・祝日他、シフト制、夏季・年末年始
②の方は週3日~OK!
待　　遇:特別手当・皆勤手当などあり
勤務地:ちびっこランド服部緑地園
吹田市江坂町5-9-6 メイト緑地公園1階
ちびっこランド江坂園 吹田市江坂町2-17-19
上記どちらか希望考慮します

スタッフの声
異年齢混合自由保育を実践しているため、成長過程を子どもの年齢に偏ることなく見届けることができます。スタッフ間の関係性も良くカラっとしてる人が多いです!
運動会などの行事の後、子ども達の成長が目に見えて、達成感を味わうことができます。

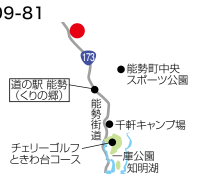
詳しくは採用ページをご覧ください HP/https://www.rh-navi.jp/recruit_pack/iskar/index ➡
お問合せ ちびっこランド服部緑地園 06-6388-4156 http://chibikko-iskar.jp/index.html

---

夏の蒸し暑さを忘れてちょっと一息つきに、天然温泉料理旅館「能勢温泉」に訪れてみては。

人気の「特選いいもの3品会席プラン」は、近大マグロのお造りのほか、A5ランクの松阪牛と宮崎牛の鉄板焼き、のどぐろの塩焼きなど、選び抜かれた豪華3品が楽しめて1泊2食1万4980円(税別)。また、「夏の特別会席プラン」なら、鱧鍋、近大マグロのお造り、黒毛和牛の鉄板焼きなどが、1泊2食1万1980円(税別)と、リーズナブルに楽しめる。阪急池田駅から無料送迎バスが運行中。詳しくは、お問い合わせを。

能勢温泉
豊能郡能勢町山辺409-81
予約受付時間
9時~19時
072-734-0041
キャンプ場専用
8時半~17時
072-734-0850




◆ 特選いいもの3品会席プラン(1泊)…14,980円
◆ 夏の特別会席プラン…11,980円
※すべて税別。いずれも平日1室3名利用の場合。2名1室利用は1名につき500円増。土曜、祝前日の宿泊は1名につき2,000円増。入湯税150円別。※8/10(土)~14(水)の宿泊はお盆特別料金。※8/15(木)~17(土)は休日料金。※8/20(火)・21(水)は休館日。詳細は問い合わせを。

特典 「シティライフを見た」で夕食時に1ドリンクサービス(8月末まで)
※8/10(土)~17(土)の宿泊には利用できません。

---

保育園と同じ保育時間、幼稚園以上の教育カリキュラム
「英語力」「思考力」「運動能力」を育む
バイリンガル幼児園
KidsDuo International

# 豊中に開園!
2020年4月 関西初上陸
2歳児~5歳児(4学年制) 7時30分~20時 開園

\ スーパーキッズを続々輩出 /
## 驚きの成長を生む独自の教育ノウハウ

通園する子どもたちは大きな成長を見せてくれています。「子どもたちが本来的に持っている好奇心を刺激し、無限の可能性を引き出す」という教育目標のもと、英語・知育・運動指導を楽しみながら、さまざまなことに挑戦する子どもたちの姿があります。

| 英語力を育む | 思考力を育む | 運動能力を育む |
|---|---|---|
| 英検®準2級に合格 | 平均IQは145.3に | 50m走で8.76秒を記録 |

※記録は、KDIセンター南・KDI三鷹(計183名)の実績です。

入園説明会開催! 事前予約制 入園説明会日程の詳細とご参加のお申し込みはホームページをご覧ください。

Kids Duo International 豊中
大阪府豊中市少路1-9-14 ◎大阪モノレール 少路駅より徒歩約3分
お問い合わせ 0120-917-760 受付時間 午前10時~午後4時【土・日・祝を除く毎日受付】
説明会のご予約 www.kdi.ac KDI 検索

---

# 庭木1本から承ります!

お客様とのお約束
☆庭木1本より明瞭料金
☆土日でもOKです
☆トイレはお借りしません
☆お茶はご遠慮します

シティライフをご覧の方へ
生垣剪定幅1m(高さ2m)
通常2,000円を(※税別) 先着10名様
1,000円

1本からのお庭サービス ガーデンエクスプレス
大阪支店/茨木市桑田町4-1 営業時間/9:00~17:00 ☎072-665-8371

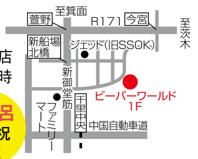
---

地下1200メートルから湧き出る天然温泉は湯上りにお肌がすべすべになることで「箕面美人の湯」と命名されました。炭酸水素―ナトリウム(重曹泉)で溶存物質5632mgと多く療養泉となります。

| | | |
|---|---|---|
| 入館料 | 平日 | 大人…750円・小人…370円・幼児…100円 |
| | 土日祝 | 大人…800円・小人…400円・幼児…100円 |
| 岩盤浴料 | 平日 | 大人…750円・小人…370円 |
| | 土日祝 | 大人…800円・小人…400円(小学生以上に限る) |

※大人=中学生以上、小人=保護者同伴に限る、幼児=3~4歳、2歳以下は入浴料無料
※全て税別

箕面湯元 水春
箕面市船場東3-13-11 ビーバーワールド箕面船場店
営/平日9時~翌午前2時 土日祝 6時~翌午前2時
(受付終了 翌午前1時まで)年中無休
072-726-4126
朝風呂 土日祝開催




熱波発汗ロウリュウ新導入!

サウナの本場フィンランドで行う熱気浴。サウナストーンに自動で水を注ぐとマイナスイオンを含んだ蒸気で体感温度上昇。浴場タワーサウナで開催!

入浴後は水春亭でゆっくりお食事をどうぞ
●「初夏の北海道味めぐり」開催

石焼豚丼 1,080円 ジンギスカン定食 980円

●「湯上りビールセット」
生ビール(中) + おつまみ2品
1,200円 ※メニューは予告なく変更の場合あり。

箕面湯元水春限定
2019年9月末まで
この記事持参で
※8/10~18は利用不可
大人入浴料金
100円OFF
※入店受付時にご呈示ください。(1枚で4名様まで、他サービス併用不可)

箕面湯元水春限定
2019年9月末まで
この記事持参で
※8/10~18は利用不可
入浴+岩盤浴+レンタルタオルセット
平日1,750円、土日祝1,850円
⇒1,300円
※入店受付時にご呈示ください。(1枚で4名様まで、他サービス併用不可)